14687

குமரப்பருவம்

பெ. தூரன்

குமரப் பருவம்

பெ. தூரன்

அமுத நிலையம் லிமிடெட்
தேனாம்பேட்டை சென்னை-18

முதற் பதிப்பு: செப்டம்பர், 1954
அமுதம் — 85
உரிமை பதிவு

விலை 12 அணு

பொருளடக்கம்

1.	குமரப் பருவம்	1
2.	மலர்ச்சி யெய்துதல்	3
3.	வளர்ச்சியில் வேகம்	4
4.	நாளமில்லாச் சுரப்பிகள்	7
5.	மலர்ச்சி விளைவுகள்	13
6.	குரல் மாறுபாடும் தோற்றமும்	17
7.	நடத்தையிலே மாறுபாடு	20
8.	உள்ளக் கிளர்ச்சிகள்	26
9.	பயம் முதலிய கிளர்ச்சிகள்	29
10.	உணர்ச்சி விரிவு	34
11.	தோழமையும் அரட்டையும்	37
12.	விருப்பமும் துடிப்பும்	40
13.	கட்டுப்பாடும் தண்டனையும்	43
14.	புதிய கிளர்ச்சிகள்	47

நாஷனல் ஆர்ட் பிரஸ்
தேனாம்பேட்டை, சென்னை-18

முன்னுரை

குழந்தை உலகத்திலே தோன்றுகிறது. அதைக் கண்டு எல்லோருக்கும் ஒரே மகிழ்ச்சி. குழந்தை என்று சொன்ன வுடனே சாதாரணமாக நம் உள்ளத்திலே அன்பு சுரக்கிறது. நாம் அதைப் போற்றுகிறோம். பாலூட்டித் தாலாட்டி அன் போடு அதை வளர்க்கிறோம்.

உலகத்துக்குப் புதிய விருந்தாக வந்த குழந்தை உடலி லும் மனத்திலும் நன்கு வளர்ந்து முதிர்ச்சி பெற்று என்ன என்னவோ அரிய பெரிய காரியங்களை யெல்லாம் சாதிக்கப் போகின்றது. ஒவ்வொரு தாயும் ஒவ்வொரு தந்தையும் இவ்வாறு எண்ணி உள்ளம் பூரிக்கிறார்கள். குழந்தையின் மன இயல்பை நன்கறிந்து கொண்டு அதை நல்ல முறையில் வளர்க்கும் பெற்றோர்கள் அதன் வாழ்க்கையிலே வெற்றி கிடைப்பதற்குப் பெரிதும் உதவியாக இருக்கலாம். குழந்தைக்கு இயற்கையாக அமையும் ஆற்றல்கள் அதன் எதிர்காலத்தைப் பெரியதோர் அளவிற்கு நிர்ணயம் செய்யும் என்றாலும் அந்த ஆற்றல்கள் ஓங்குவதற்கும் மழுங்கிப் போவதற்கும் பெற் றோரும் அவர்களால் பெரிதும் உண்டாக்கப்படும் சூழ்நிலையும் முக்கிய காரணங்களாகும். ஆகையால்தான் பெற்றோர்கள் மனத்தத்துவத்தைப் பற்றியும், முக்கியமாகக் குழந்தை மனத்தத்துவத்தையும் அறிந்திருக்க வேண்டுமென்று இக் காலத்திலே வற்புறுத்திப் பேசப்படுகிறது.

குழந்தையின் மனமலர்ச்சியைப் பற்றி, 'குழந்தை உள்ளம்', 'குழந்தை மனமும் அதன் மலர்ச்சியும்' என்னும் நூல்களிலே விரிவாக விளக்கியிருக்கிறேன். பாரம்பரியத்தின் இயல்பையும், சூழ்நிலையின் முக்கியத்தையும், 'பாரம் பரியம்' என்னும் நூலிலே எடுத்துக்காட்டி யிருக்கிறேன். இந்த நூலிலே குழந்தைப் பருவத்தைக் கடந்த குமரர்கள் குமரிகளுடைய மன இயல்பு பற்றியும், அப்பருவத்திலே அவர்களிடம் பெற்றோரும் மற்றோரும் நடந்துகொள்ள வேண்டிய விதத்தைப் பற்றியும் எடுத்தியம்ப நான் விரும்புகிறேன். குழந்தைகள் முதிர்ந்த ஆண்களாகவோ, மங்கைகளாகவோ வளர்வதற்கிடையிலே குமரப் பருவத்தைக் கடந்து செல்லவேண்டும். அந்தப் பருவத்தின் இயல்பும், குறிகளும், உணர்ச்சிகளும் இங்கே விவரிக்கப் படுகின்றன. இக்கால ஆராய்ச்சிகளால் கிடைத்த உண்மைகளைப் பொதுவாக எல்லோருக்கும் விளங்கும் வகையில் சுவைபட எழுத வேண்டும் என்பதே எனது நோக்கம். மேற்கொண்டு விரிவாகப் படிப்பதற்கும் இது துணை புரியும். குமரப் பருவத்தைப் பற்றிய பொது அறிவும் ஏற்பட இந்நூல் உதவும் என்று நான் நம்புகிறேன்.

சென்னை
22—9—'54

பெ. தூரன்

குமரப் பருவம்

1. குமரப் பருவம்

குழந்தை-அவனுக்கென்ன தெரியும்? அவன் ஏதாவது சொன்னால் அதைப் பொருட்படுத்த வேண்டியதில்லை" என்று சாதாரணமாகச் சொல்லுவதை நாம் கேட்டிருக்கிறோம்.

தந்தைக்கும் தாய்க்கும், பாட்டிக்கும் பாட்டனுக்கும் அவன் இன்னும் குழந்தையாகவே தோற்றமளிக்கிறான். அவன் குழந்தைப் பருவத்தைக் கடந்து குமரப் பருவத்திற்கு வந்துவிட்டதை அவர்கள் விரைவிலே உணர்ந்து அந்த மாறுதலுக்கு ஏற்றவாறு அவனை நடத்துவதில்லை.

குமரனுக்கு இது வருத்தத்தைக் கொடுக்கிறது. "என்னை இன்னும் அவர்கள் குழந்தையாகவே நடத்துகிறார்கள். நானும் மனிதன்தான் என்று அவர்களுக்குத் தெரியவில்லை" என்று அவன் எண்ணி ஏக்கமடைகிறான்.

வாழ்க்கையிலே இதுபோன்ற ஒரு நிலைமை ஆணுக்கு மட்டும் ஏற்படுவதல்ல; பெண்ணுக்கும் இதேமாதிரி எண்ணி ஏங்கும் ஒருகாலம் அவள் வாழ்க்கையிலே வருகிறது.

குழந்தைப் பருவம் கடந்துவிட்டது; மெய்தான். ஆனால் இன்னும் முதிர்ந்த பருவம் வரவில்லை. முதிர்ந்த ஆணென்றோ முதிர்ந்த பெண்ணென்றோ இன்னும் யாரும் நிச்சயமாக ஏற்றுக்கொள்ளவில்லை. குழந்தைப் பருவத்திற்கும் முதிர்ந்த பருவத்திற்கும் இடையிலே ஒரு பருவம்

இருக்கின்றது. அதுதான் குமரப் பருவம். ஆண் குழந்தை குமரனாக வளர்கின்றது; பெண் குழந்தை குமரியாக மலர்கின்றது.

ஒவ்வொரு முதிர்ந்த ஆணும், ஒவ்வொரு முதிர்ந்த பெண்ணும் இந்தப் பருவத்தைக் கடந்தே வந்திருக்கிறார்கள். இந்தப் பருவத்தின் குமுறல்கள், சஞ்சலங்கள், உற்சாகங்கள், புதிய உள்ளக் கிளர்ச்சிகள், ஆவேசங்கள் எல்லாவற்றையும் முதிர்ந்தோர் ஒவ்வொருவரும் தமது வாழ்க்கையில் தாண்டியிருக்கிறார்கள்.

குழந்தை அரும்பு குமரப் பருவத்திலே முகையாக முகிழ்த்து மலராகவும் மலர்கின்றது; அந்தக் குமரமலர் முதிர்ந்து காயாகவும் கனியாகவும் விளைகின்றது. இந்த வளர்ச்சி தொடர்ந்து நடைபெறுகிறது; இதில் இடைவேளை என்பதில்லை; ஓய்வென்பதில்லை. குழந்தைப் பருவம் இந்த வயதில் முடிவடையும்; குமரப் பருவம் இந்த வயதில் தொடங்கும், இந்த வயதில் முடிவடையும் என்று பொதுப்படையாக அறுதியிட்டுக் கூறுவதற்கும் ஒரு நிச்சயமான வரையறை கிடையாது. இவ்வாறு ஏற்படும் வளர்ச்சியிலும் மாறுதலிலும் ஆளுக்கு ஆள் வேறுபாடு உண்டு; ஆண்களுக்குள்ளேயும் வேறுபாடு உண்டு; பெண்களுக்குள்ளேயும் வேறுபாடு உண்டு; ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் மிகத் தெளிவான வேறுபாடு உண்டு. அதே சமயத்தில் பருவங்களுக்கு ஏற்ற உணர்ச்சிகளிலே, உள்ளக் கிளர்ச்சிகளிலே ஒருமைப்பாடும் இருக்கக் காண்கிறோம்.

வளர்ச்சி யென்பது தொடர்ந்து நடைபெறும் ஒரு செயலாக இருந்தாலும் சௌகரியத்தின்பொருட்டு அதைப் பல பருவங்களாகப் பிரித்துக்கொண்டு ஆராய்ச்சிகள் செய்கிறோம். அவ்வாறு செய்வதால் ஒரு பருவத்திற்கும் மற்

ஒன்றிற்கும் தொடர்பில்லை என்று கருதக்கூடாது. இந்தப் பின்னணியை வைத்துக்கொண்டு குழந்தைப் பருவங் கடந்த குமாரப் பருவத்தை இங்கு ஆராய்வோம்.

2. மலர்ச்சி யெய்துதல்

பறவைக் குஞ்சு பெரிதாகிவிட்டது. அது பறக்கப் பார்க்கிறது. ஆனால் இறக்கை இன்னும் முழுவளர்ச்சியும் வலிமையும் பெறாததால் நன்றாகப் பறக்கமுடியாமல் சிரமப் படுகிறது. இந்த நிலையில்தான் குமாரப் பருவத்தைத் தொடங்கும் ஆணும் பெண்ணும் இருக்கிறார்கள்.

குமாரப் பருவம் தொடங்குவதற்கு ஒரு சுலபமான அறிகுறியாகப் பெண்களிலே பூப்பெய்துதலைக் கூறலாம். ஆண்களிலே விந்துச்சுரப்பி வேலை செய்யத் தொடங்கு வதைக் கூறலாம். இரு பாலாருக்கும் பொதுவாக இந்த நிகழ்ச்சிகளை 'மலர்ச்சி எய்துதல்' என்ற தொடராலேயே இனிமேல் கூறுவோம்.

குமாரப் பருவம் என்பது பூப்பெய்துதலையோ அல்லது விந்துச்சுரப்பியின் வேலைத் தொடக்கத்தையோ மட்டும் குறிப்பதல்ல. குமாரப் பருவம் என்பதற்கு இன்று இன்னும் விரிந்த பொருள் உண்டு. மலர்ச்சி எய்துதல் இனப் பெருக்கத்திற்கேற்ற முதிர்ச்சி தொடங்கியுள்ளது என்ப தொன்றையே காட்டுகிறது. அது குமாரப் பருவம் தொடங் குவதற்குச் சற்று முன்னரோ அல்லது குமாரப் பருவத் தின் தொடக்கத்திலோ நிகழ்கின்றது. குமாரப் பருவம் அதற்குப் பின்னும் நீடித்திருக்கிறது.

எங்கள் பக்கத்திலே பெண் பூப்பெய்துதலை, "அவள் பெரிய மனுஷியாகிவிட்டாள்" என்று கூறுவது

உண்டு. அதாவது இனிமேல் அவள் குழந்தையுமல்ல; சிறுமியுமல்ல என்பது பொருள். ஆனால் உண்மையில் அவள் 'பெரிய மனுஷி' ஆகிவிடவில்லை. "குமரப் பருவத்தை எட்டிப் பிடித்திருக்கிறாள்; அதன் முடிவிலே பெரியமனுஷி யாக மலர்வாள்" என்பதே இக்காலத்திய மனத்தத்துவக் கருத்தாகும்.

சுருங்கக் கூறினால் உடலுறுப்புக்களின் வளர்ச்சியை மட்டும் இன்று குமரப் பருவம் குறிப்பதில்லை. உள்ளத்திலும், உள்ளக் கிளர்ச்சிகளிலும், சமூக ஒழுங்குக்கேற்ற நடத்தையிலும் முதிர்ச்சியடைவதையும் அது குறிக்கின்றது. ஆகவே குமரப் பருவம் ஒரு நீண்டகால எல்லைக்கு உட்பட்டதாகும். இனப் பெருக்கத்திற்கு ஏற்ற சக்தி விரைவிலே ஏற்பட்டு விடலாம்; உடலிலே முதிர்ச்சியும் முன்பாகவே உண்டாகலாம்; ஆனால் மனச்சக்திகளிலே முதிர்ச்சி சற்றுப் பின்பே ஏற்படுகிறது. அந்த முதிர்ச்சியும் ஏற்பட்ட பிறகே ஒருவனை முதிர்ந்த ஆடவன் என்றும், ஒருத்தியை முதிர்ந்த மங்கை என்றும் கூறலாம்.

3. வளர்ச்சியில் வேகம்

குழந்தை நாளொரு மேனியும் பொழுதொரு வண்ணமுமாக வளர்கின்றது என்று நாம் சொல்லுகின்றோம். இந்த வளர்ச்சி மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்னால் திடீரென்று வேகமாகத் தொடங்குகிறது.

பெண்கள் ஆண்களைவிட விரைவில் மலர்ச்சி யெய்துவதால் இந்த வேகமான வளர்ச்சி முதலில் அவர்களிடையே காணப்படும். ஆண்களிடையே இது சற்றுப் பின்னர்த் தோன்றிப் பெண்களிடையே வளர்ச்சி அநேகமாக நின்ற பிறகும் சிறிதுகாலத்திற்குத் தொடர்ந்து நடைபெறுகிறது.

பத்து வயதுவரை ஆண் பெண்கள் சிறுவர் சிறுமிகளாகவே குழந்தைப் பருவத்தினராக இருக்கிறார்கள். பன்னிரண்டாவது வயது தொடங்கும்போது பார்த்தால் ஆண்களில் ஒரு சிலரே மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்கியிருப்பார்கள். ஆனால் பெண்களில் மிகப்பலர் மலர்ச்சியெய்தியிருப்பார்கள்.

மலர்ச்சி பெறுகின்ற காலத்தில் உடல் வளர்ச்சியோடு வேறு சில மாறுதல்களும் நிகழ்கின்றன. குரல் மாறுபடுகிறது. குறியைச் சுற்றி உரோமம் முளைக்கத் தொடங்குகிறது. அதற்கு மலர்ச்சி ரோமம் என்று பெயர். அக்குளிலும், மேல் உதட்டிலும் உரோமம் காணத் தொடங்கும். உடல் வளர்ச்சியிலும் சில சமயங்களில் கை, கால் என்று இப்படி ஏதாவது ஒரு சில உறுப்புக்கள் மட்டும் மற்றவைகளைவிட வேகமாக வளர்வதுண்டு. குமரப் பருவம் முதிரும்போதுதான் எல்லா உறுப்புக்களும் அவற்றிற்கேற்ற விகிதத்தில் நன்றாக வளர்ந்து அமையும்.

வயதைப் பொறுத்து இந்த வளர்ச்சியைக் கீழ்க்கண்டவாறு பொதுப்படையாகக் கூறலாம். சுமார் 11 அல்லது 12 வயதுவரை சிறுவர் சிறுமியர் அதிக வேறுபாடில்லாத ஒரே வேகத்தில் வளர்ச்சியடைந்து வருகிறார்கள். பிறகு திடீரென்று வளர்ச்சியிலே அதிக வேகம் தோன்றுகிறது. பெண்கள் ஆண்களைவிட ஒன்றிரண்டு வருஷம் முன்னதாகவே அதாவது சுமார் 11 ஆம் வயதிலேயே வேகமாக வளரத் தொடங்குகிறார்கள். இந்த வேகமான வளர்ச்சி 14 வயது வரை நீடிக்கிறது. பிறகு இந்த வேகம் குறைந்துவிடுகிறது. ஆண்களின் வளர்ச்சி 12 அல்லது 13 ஆம் வயதில் வேகமாகத் தொடங்கி 15 அல்லது 16 வரை நீடிக்கிறது.

பொதுவாக உயரம் அதிகமாக உள்ளவன் இந்தப் பருவத்தில் மிக வேகமாக வளர்ந்து எல்லோரையும்விட

உயரமாக இருப்பான். ஆனால் முதலில் குள்ளமாகத் தோன்றிய சிலர் இந்த வயதில் திடீரென்று வேகமாக வளர்ந்து நல்ல உயரம் பெறுவதும் உண்டு.

மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்கும் பருவத்தில் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் குறிப்பாக வேறுபாடு உண்டு என்று கூறினேனல்லவா? ஆண்களுக்குள்ளேயும் இதிலே வேறுபாடு உண்டு; பெண்களுக்குள்ளேயும் உண்டு. எல்லா ஆண்களும் அல்லது எல்லாப் பெண்களும் ஒரே வயதில் மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்குவதில்லை என்பதையும் மறுபடியும் ஞாபகப்படுத்த விரும்புகிறேன்.

பையன்கள் மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்கும் வயதைப் பற்றி ராம்சே என்பவர் அமெரிக்காவிலே விரிவாக ஆராய்ச்சி செய்தார். பத்து முதல் பதினாறு வயது வரையுள்ள பலரை ஆராய்ந்து அவர் புள்ளி விவரம் தயாரித்தார். அவருடைய ஆராய்ச்சியின் பயனாகக் கீழ்க்கண்ட அட்டவணையிற் காட்டியுள்ளது போல விவரங்கள் கிடைத்தன.

உடல் வளர்ச்சி, உடலிலே மாறுதல்களைக் காண்பிக்கும் அட்டவணை

வயதுத் தொகுதி	விந்து சுரத்தல் சத விகிதம்	குரல் மாறுபாடு சத விகிதம்	இரவு ஸகலிதம் சத விகிதம்	மலர்ச்சி ரோமம் சத விகிதம்
10	1·8	0·3	0·3	0·3
11	6·9	5·6	3·7	8·4
12	14.1	20·5	5·3	27·1
13	33·6	40·0	17·4	36·1
14	30·9	26·0	12·9	23·8
15	7·8	5·5	13·9	3·3
16	4·9	2·0	16·0	1·0

குறிப்பு :—இந்த விவரம் அமெரிக்க மனத்தத்துவப் பத்திரிகையில் ஜீ. வி. ராம்சே எழுதியுள்ள 'பையன்களின் இனப்பெருக்கத் திறமை வளர்ச்சி' என்ற கட்டுரையிலிருந்து எடுத்தது.

இந்த அட்டவணையிலிருந்து 13; 14-ஆம் வயதில் ஆண்களில் பெரும்பாலோர் மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்கு கின்றனர் என்பதை அறிந்துகொள்ளலாம்.

தென்னிந்தியா போன்ற வெப்ப நாடுகளில் பெரும்பா லான பெண்கள் 11, 12 வயதிலே பூப்பெய்திவிடுகிறார்கள். ஆனால் ஸ்காட்லாந்து, வட ஐரோப்பா போன்ற குளிர் நாடுகளில் 14, 15 வரை பெண்கள் சாதாரணமாகப் பூப் பெய்துவதில்லை. இதற்கு விதிவிலக்கும் உண்டு. கிராமங் களிலே வசிப்பவர்களும், நன்கு உழைப்பவர்களும் விரை வில் பூப்பெய்துவதில்லை. பட்டணத்து நாகரிக வாழ்வும் பாலுணர்ச்சியைத் தூண்டும் சினிமாக் காட்சிகள், நூல்கள் முதலியனவும் பூப்பெய்துதலைத் துரிதப் படுத்துகின்றன என்று கூறினால் அதில் தவறொன்றும் இல்லை.

4. நாளமில்லாச் சுரப்பிகள்

சிறுவன் மலர்ச்சி யெய்துகிறான்; சிறுமி மலர்ச்சி யெய்துகிறாள். ஆனால் அவர்கள் முதிர்ந்த ஆடவனாகவோ, மங்கையாகவோ மாறிவிடவில்லை. அதற்கு இன்னும் காலம் போகவேண்டும். முதிர்ச்சி பெறுவதற்குத் தொடங்கியிருக் கிறார்கள் என்றுதான் மலர்ச்சி யெய்துதலுக்குப் பொருள் என்று முன்பே குறிப்பிட்டேன்.

மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்பும், மலர்ச்சி யெய்திய பின்பும் வளர்ச்சி வேகமாகத் தொடங்குகிறது என்றும் கூறினேன். உடல் வளர்ச்சி வேகமடைவதையும், ஆண்மைக்கும் பெண்மைக்கும் சிறப்பாக உரிய உறுப் புக்கள் வளர்ந்து மாறுதல்கள் தோன்றுவதையும் நாம் காண்கிறோம். குரல் மாறுதலடைகிறது; சிறுவனின் முகத்

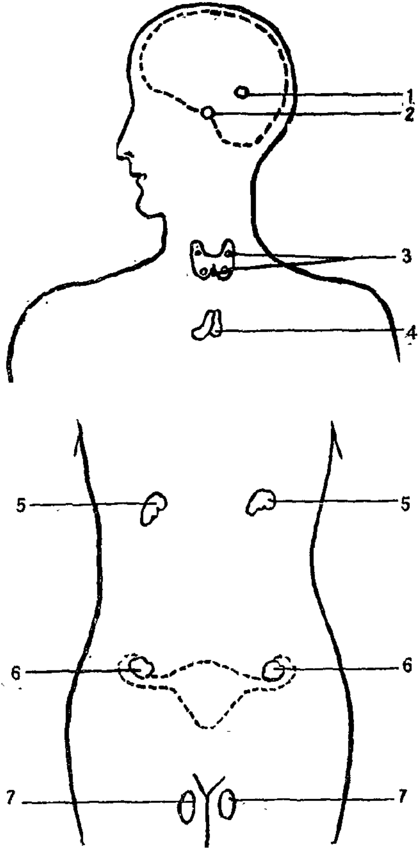
திலே மீசை அரும்பு கட்டுகிறது; சிறுமியின் மார்பகம் முகைபோன்று மேல் தோன்றுகிறது. இவற்றிற்கெல்லாம் காரணம் என்ன? இவை போன்ற மாறுதல்களை உண்டாக்கத் துணை புரிபவை எவை என்று நாம் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

மனிதனுடைய உடம்பிலே பல வகையான சுரப்பிகள் (Glands) இருக்கின்றன. நாவின் அடியிலே உமிழ்நீர்ச் சுரப்பிகள் இருக்கின்றன. அவை உமிழ்நீரைச் சுரந்து, அதை உணவோடு கலக்கச் செய்கின்றன. அந்த வகையில் அவை உணவு சீரணமாவதற்கு உதவுகின்றன. கல்லீரலும் ஒரு பெரிய சுரப்பிதான். அது பித்தநீரைச் சுரந்து உணவுடன் கலக்கச் செய்து சீரணத்திற்கு உதவுகின்றது.

உமிழ்நீர்ச் சுரப்பி, கல்லீரல் சுரப்பி போலல்லாமல் வேறு வகையான பல சுரப்பிகளும் உடம்பிலே உண்டு. அவற்றில் உண்டாகும் சுரப்பு நீரை அவை நேராக இரத்தத்துடனேயே கலக்கும்படி செய்கின்றன. அவற்றிற்கு நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் என்று பெயர்.

இந்த நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் சிலவற்றிற்கும் மலர்ச்சி யெய்துதலுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பிருப்பதை இப்பொழுது கண்டறிந்திருக்கிறார்கள். எதிரேயுள்ள படத்திலே பல நாளமில்லாச் சுரப்பிகள் உடலில் அமைந்துள்ள விதத்தைக் காணலாகும்.

அண்டச் சுரப்பிகள் இரண்டு உண்டு; அவை, பெண்ணின் உடம்பிலே இருக்கும். விந்துச் சுரப்பிகளும் இரண்டு உண்டு. அவை ஆணின் உடம்பிலே இருக்கும். இவை இனப்பெருக்கத்திற்கு உதவுவனவாகையால் பொதுவாக அவற்றை இனப்பெருக்கச் சுரப்பிகள் என்பார்கள்.



நாளமில்லாச் சுரப்பிகள்

1 பைனியல் சுரப்பி

2 பிட்யூட்டரிச் சுரப்பி

3 பரகேடயம், கேடயச் சுரப்பிகள்

4 தைமஸ் சுரப்பி

5 ஆட்ரீனல் சுரப்பிகள்

6 அண்டச் சுரப்பிகள் பெண்ணில்) ல்லது

7 வித்துச் சுரப்பிகள் (ஆணில்)

மூளையின் அடித்தளத்திலே அமைந்திருப்பது பிட்யூட்டரிச் சுரப்பி. அதற்கும் இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளுக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உண்டு. பிட்யூட்டரிதான் இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளை வேகமாக வேலைசெய்யுமாறு தூண்டுகின்றது. அவ்வாறு இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகள் வேலை செய்யும்போது அவற்றிலிருந்து வரும் சுரப்புநீரே மலர்ச்சி யெய்தும் பருவத்தில் உடம்பிலேயும், உள்ளத்திலேயும் பல வகையான மாறுதல்களைச் செய்யக் காரணமாகின்றது.

பிட்யூட்டரியில் முக்கியமாக இரண்டு விதமான சுரப்பு நீர்கள் உண்டாகின்றன. ஒன்று உடம்பின் வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது; முக்கியமாகக் கைகால்களின் நீளத்தையும் வளர்ச்சியையும் அமைக்கின்றது. மற்றொன்று இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளின் வேலையைத் துரிதப்படுத்துகின்றது. மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்பு இந்தச் சுரப்புநீர் அதிகமாக உற்பத்தியாகிறதென்று நம்ப இடமுண்டு. அதே சமயத்தில் இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளும் இந்தச் சுரப்பு நீரை ஏற்று அதனால் வேகமாக வேலை செய்வதற்கு ஏற்ற பக்குவத்தை அடைகின்றன. இவையே மலர்ச்சி யெய்துவதற்குக் காரணமாகின்றன. இதற்கு முன்பே இனப்பெருக்கச் சுரப்பிகள் ஓரளவு வேலைசெய்து கொண்டுதானிருக்கின்றன. அதன் காரணமாகவே ஆண் பெண் என்ற வேறுபாடுகள் இளமைப் பருவத்திலும் தெரிகின்றன. ஆனால் பிட்யூட்டரியினால் துரிதப் படுத்தப் பட்ட பிறகே இந்த வேறுபாடுகள் நன்றாக அமைகின்றன. உடல் அமைப்பில் ஆண் பெண்களுக்குரிய வேறுபாடுகள் நன்றாக அமைவதோடு இனப்பெருக்கச் சக்தியும் ஏற்படுகின்றது. இனப் பெருக்கத்திற்கு அடிப்படையாக ஆணுறுப்புக்களில் உள்ளவை விந்துச் சுரப்பிகள். அவை

மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்திலே பருத்து விந்தணுக்களை ஏராளமாக உற்பத்தி செய்யத் தொடங்குகின்றன. இனப் பெருக்கத்திற்கு அடிப்படையாகப் பெண்ணுடம்பிலே உள்ள உறுப்புக்கள் அண்டச் சுரப்பிகள். பூப்பெய்திச் சிறிதுகாலத்திற்குள் அவை இரண்டும் மாதந்தோறும் மாறிமாறி ஒவ்வொரு அண்டத்தை உற்பத்திசெய்து கருப்பைக்கு அனுப்புகின்றன. சற்றேறக்குறைய 50-ஆம் வயதிலே பெண்களின் மாதவிடாய் நிற்கும் வரையில் இந்த வேலை இடைவிடாமல் நடைபெறுகிறது.

அண்டச் சுரப்பிகள் அண்டங்களைத் தயார் செய்து அனுப்புவதோடு கருப்பம் ஏற்படுவதற்கும் கரு முதிர்ந்து பிறப்பதற்கும் உதவும் இருவிதமான சுரப்பு நீர்களையும் உண்டாக்குகின்றன.

(இனப்பெருக்கம் சம்பந்தமாக விரிவாக, **கருவில் வளரும் குழந்தை** என்ற நூலில் எழுதியுள்ளேன். அதிற் கண்டுகொள்க.)

அண்டச் சுரப்பிகளில் உண்டாகும் சுரப்புநீரே பெண்ணின் மார்பகம் வளர்வதற்கும் உதவுகின்றது. அதே சமயத்தில் இனப்பெருக்க உறுப்புக்களான கருப்பை, யோனி முதலியனவும் வளர்ச்சியடைகின்றன. இம்மாறுதல்களை யொட்டி மாதவிடாய் தொடங்குகிறது.

முதலில் மாதவிடாய் ஒழுங்காக இராது. ஆனால் முதிர்ச்சியடைய அடைய இதிலே ஒழுங்கு ஏற்பட்டுவிடும்.

பிட்டுட்டரிச் சுரப்பிதான் முதலில் இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளை வேகமாக வேலை செய்யத் தூண்டுகின்றன என்று கண்டோம். உடல் வளர்ச்சிக்கும் அதுவே காரணம் என்றும் கண்டோம். மலர்ச்சி யெய்துகின்ற பருவத்திலே

உடல் வேகமாக வளர்ச்சியடையத் தொடங்குகிறது. ஆனால் அதே வேகத்தில் அது தொடர்ந்து கடைசிவரை நடைபெறுவதில்லை. வயது ஏறஏற உடல் வளர்ச்சி வேகம் குறைந்து பிறகு நின்றுபோகிறது. அதன் காரணம் ஆச்சரியமாக இருக்கும்.

பிட்டூட்டரிச் சுரப்பி இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளைத் தூண்டுகின்றனவல்லவா? இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகள் தங்கள் வேலையை வேகமாகத் தொடங்கிய பிறகு அவை பிட்டூட்டரியின் மேலேயே கொஞ்சம் ஆதிக்கம் செலுத்த ஆரம்பிக்கின்றன; உடல் வளர்ச்சிக்கான பிட்டூட்டரிச் சுரப்பு நீரின் சக்தியை மெதுவாகக் குறைத்துக்கொண்டே வந்து கடைசியில் முழுவதும் ஒடுக்கிவிடுகின்றன.

அப்படிச் செய்வது நல்லதுதான். அளவாக உடம்பு வளர வேண்டுமே ஒழிய வளர்ந்துகொண்டே போகக் கூடாது. ஆனால் போதுமான அளவு இந்த வளர்ச்சிக்குரிய சுரப்புநீர் சிறுவயதிலும், மலர்ச்சியெய்தும் பருவத்திலும் உண்டாகாவிட்டால் ஆணோ பெண்ணோ வளரவேண்டிய உயரத்திற்கு வளராமல் குட்டையாக இருப்பார். மலர்ச்சி யெய்தும் காலத்தில் இனப்பெருக்கச் சுரப்பு நீர் போதிய அளவு உண்டாகாவிடில் அதனால் வளர்ச்சிக்குரிய சுரப்பு நீரின் சக்தியைக் குறைக்க முடியாதுபோய்விடும். அப்பொழுது உடம்பின் வளர்ச்சி நீண்டநாளுக்கு நடைபெற்றுக் கைகளும், கால்களும் அதிகம் வளர்ந்து போகும். உடம்பின் தோற்றமே அவ்வளவு திருப்தியாக அமையாது. ஆதலால் பிட்டூட்டரியும், இனப்பெருக்கச் சுரப்பிகளும் பரஸ்பரம் உதவியாக நின்று அளவோடு தங்கள் வேலையைச் செய்ய வேண்டும். அப்பொழுதுதான் வளர்ச்சி திருப்திகரமாக இருக்கும்.

இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகள் சரியானபடி வேலை செய்யாவிடில் மலர்ச்சி யெய்தும் காலம் தாமதப்படும்; இனப்பெருக்க உறுப்புக்களும் இயல்பானபடி வளர்ச்சி யடையா. பையன்கள் பெண்மைக்குரிய தோற்றமும் நடத்தையும் ஓரளவு கொண்டவராக இருப்பார்கள்; பெண்கள் ஆண்மைக்குரிய தோற்றமும் நடத்தையும் ஓரளவு கொண்டவராக இருப்பார்கள்.

பிட்டூட்டரியின் தூண்டுதலால் இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகள் அளவுக்கு மீறி அதிவேகமாக வேலை செய்யத் தொடங்கினால் மிக விரைவில் மலர்ச்சி யெய்திவிடுவார்கள். இனப்பெருக்க உறுப்புக்களும் விரைவில் முதிர்ச்சி பெற்று விடுகின்றன. சாதாரணமாகப் பிட்டூட்டரி இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகளைத் தூண்டும் வயதைவிட முன்பே தூண்ட ஆரம்பிப்பதால் இம்மாதிரி ஏற்பட்டுவிடுகிறது. இதுவும் விரும்பத்தக்கதல்ல.

5. மலர்ச்சி விளைவுகள்

மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்திலே இனப் பெருக்கத்திற்கு வேண்டிய தகுதி ஏற்படுகின்றதென்று கண்டோம். உடலுறுப்புக்களிலும் இனப் பெருக்கத்திற்கு உதவும் உறுப்புக்களிலும் வேகமான வளர்ச்சி ஏற்படுகின்றது.

மலர்ச்சி யெய்திய ஆண் சில சமயங்களிலே உறக்க நிலையிலே விந்து தானாகவே வெளிப்படுவதை அறிகிறான். இதற்கு இரவு ஸ்கலிதம் என்று பெயர். சிலருக்கு இது அடிக்கடி நிகழ்கின்றது; சிலருக்கு எப்பொழுதாவது நிகழும். இவ்வாறு நிகழாமலேயே வளர்பவர்களும் உண்டு.

இரவு ஸ்கலிதத்தால் உடல் பலம் குன்றிவிடும் என்றும் ஆண்மை குன்றிவிடும் என்றும் எண்ணுவதுண்டு. ஏதோ நோயினால் இவ்வாறு ஏற்படுகின்றது என்று நினைப்பவரும் உண்டு. இரவு ஸ்கலிதம் இந்த வயதிலே ஏற்படும் ஒரு சாதாரண நிகழ்ச்சிதான் என்று ஆராய்ச்சியாளர் கருதுகிறார்கள்.

பலவேறு காரணங்களால் இரவு ஸ்கலிதம் ஏற்படலாம். காம நினைவு முக்கிய காரணம். அந்த நினைவால் ஏற்படும் கனவும் இதைத் தூண்டுகிறது. உறங்கும்போது படுத்திருக்கும் நிலையும் சில சமயங்களில் ஸ்கலிதத்திற்குக் காரணமாகும். வெப்பம் மிகும்படியாகப் போர்த்துக் கொண்டு தூங்குவதும் இதை உண்டாக்குகிறது. சிறுநீர் அதிகமாகச் சிறு நீரகத்திலே சேர்ந்திருப்பதும், மலச்சிக்கலும் வேறு சில காரணங்கள். இவற்றையெல்லாம் விலக்குவது நல்லது.

விந்துச் சுரப்பிகளில் உண்டாகும் விந்து ஆணின் வளர்ச்சிக்கு உதவுகின்றது. அது வீணாகாமல் காத்து வருவது பிற்கால வாழ்க்கையின் சிறப்புக்கு நல்லதென்று பெரியோர்கள் கூறியிருக்கிறார்கள். காம உணர்ச்சிகளைத் தூண்டும் விஷயங்களை அறவே ஒழித்து, எளிய வாழ்க்கையும் உயர்ந்த சிந்தனைகளும் கொண்டு பிரமசரியம் காக்க வேண்டும் என்று நம் முன்னோர் வகுத்துள்ளார்கள். இப்பருவத்திலே இரவு ஸ்கலிதம் ஏற்படுவது இயற்கைதான், அதற்காகக் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை என்று மருத்துவர்களும், மற்ற ஆராய்ச்சியாளர்களும் கூறுவதைக் கொண்டு இதைப்பற்றி அசட்டையாக இருக்க வேண்டுமென்பதில்லை. வீண் கலவரம் அடைய வேண்டுவதில்லை என்றுமட்டும் கொள்ளலாகும்.

பெண் மலர்ச்சி யெய்தியதற்கு அறிகுறியாக முதலில் மாதவிடாய் ஏற்படுகிறது. மாதவிடாயைப்பற்றி முன்பே அறிந்து கொள்ளாத பெண்கள் திடீரென்று இரத்தம் வெளிப்படுவதைக் கண்டு பீதியடைய நேரிடலாம். இரத்தக் குழாய்கள் உடைந்து இவ்வாறு ஏற்படுவதாகவோ அல்லது ஏதோ பெரியதோர் தீங்கு நேரிட்டுவிட்டதாகவோ அவர்கள் எண்ணிப் பயப்படலாம். இவ்வாறு பயப்பட வேண்டியதில்லை என்று அவர்கள் தெரிந்துகொள்ள வேண்டும். மாதவிடாய் தொடங்குவது இயல்பானதோர் நிகழ்ச்சி என்பதைத் தாய்மார்கள் அவர்களுக்கு நயமாக முன்னதாகவே தெளிவுபடுத்துதல் நல்லது.

மாதவிடாயில் வெளியாகும் சூதகம் முழுவதும் இரத்தம் என்று கருதுவது தவறு. கருப்பையின் உட்பாகம் சுமார் 28 நாட்களுக்கு ஒரு முறை புதிதாக அமைந்து என்றும் இளமையோடிருக்க முயல்கிறது. அவ்வாறு அமைவது கருத்தரிக்கின்றபோது அக்கருவை நன்கு போஷிப்பதற்குச் சாதகமாகிறது.

கருப்பையின் உட்புறச் சுவர் சிதையும்போது அங்குள்ள சிறுசிறு இரத்தக் குழாய்களிலிருந்து இரத்தமும், மூக்கிலிருந்து வெளிப்படும் சளிபோன்ற நொங்குவஸ்துவும், கருவைப் போஷிப்பதற்காகச் சேமிக்கப்படும் சுண்ணும்புச் சத்துப் போன்ற சில பொருள்களும், சிதைந்த அணுத் திசுக்களும் சூதகமாக வெளிவருகின்றன. சுமார் 4 அல்லது 5 நாட்களுக்குச் சூதகம் வெளியாகும். மொத்தத்தில் சுமார் 2 அவுன்ஸுக்கு மேலிராது. இதில் நொங்கு போன்ற வஸ்துவே அதிகமாக இருக்கும்.

மலர்ச்சி யெய்திய தொடக்கத்திலே மாதவிடாய் ஏற்படுவதில் சரியான ஒழுங்கு இராது. காலம் தாழ்ப்பதும்

உண்டு. சூதகம் வெளியாகும் நாட்களும் வித்தியாசப்படும். ஏழுநாட்கள் வரையிலும் சூதகம் நிற்காமலிருப்பதுண்டு. ஆரம்பத்தில் சில மாதவிடாய்களில் சூதகம் ஒரேநாளுடன் நிற்பதும் உண்டு.

ஒரு மாதவிடாய்க்கும் அடுத்ததற்கும் இடையேயுள்ள நாட்கள் ஏறக்குறைய ஒழுங்காக அமைவதற்குப் பூப்பெய்தியபின் இரண்டு மூன்று ஆண்டுகள் ஆவதும் உண்டு. பதினெட்டு, பத்தொன்பது வயதாகும்போது அநேகமாக இதில் ஒழுங்கு ஏற்பட்டுவிடும். ஆனால் முற்றிலும் ஒழுங்காக முதிர்ந்தோரிடத்திலும் மாதவிடாய் ஏற்படுவதில்லை.

குமரப் பருவத்திலே மாதவிடாயில் ஒழுங்கு தவறுவது சாதாரணம். அதற்குப் பல காரணங்கள் உண்டு. மிகுந்த உடல் உழைப்பாலும், நோயாலும், இப்பருவத்தில் ஏற்படும் பலவகை உள்ளக் கிளர்ச்சிக் கோளாறுகளாலும் மாதவிடாய் ஒழுங்குமாறும்; சீதோஷ்ண நிலைமையின் வேறுபாடும் இதற்குக் காரணமாவதுண்டு.

பூப்பெய்திய தொடக்கத்தில் சில ஆண்டுகளுக்கு மாதவிடாயின்போது சில அசௌகரியங்கள் ஏற்படலாம்; வலி கூட உண்டாவதுண்டு. இவ்வலி மிகுதியாக இருக்குமானால் தான் அதைப்பற்றிக் கவனிக்கவேண்டும். மற்றபடி உடம்புக்கு அசௌகரியம் ஓரளவு ஏற்படுவது இனப்பெருக்க உறுப்புக்கள் வளர்ச்சியுறும் பருவத்தில் இயல்புதான்.

பூப்பெய்திய இளம்பெண்களுக்கு சாதாரணமாக உண்டாகும் அசௌகரியங்கள் தலைவலி, முதுகுவலி, வயிற்றுவலி போன்றவையாகும். வாந்தியெடுப்பதும், களைப்புண்டாவதும் உண்டு. குமரப் பருவம் முதிர முதிர இந்தத் தொந்தரவுகள் குறைந்துபோகும்.

மாதவிடாய்க்கு மூன்று நாட்களுக்கு முன்பே பெண்களின் உடம்பில் இரத்த அழுத்தம் அதிகப்படுகிறது. மாதவிடாய் தொடங்கிய முதல் இரண்டுநாட்கள்வரை இந்த நிலைமை இருக்கும். அதுவே தலைவலிக்கும், பொறுமையிழந்து திடீரென்று கோபித்துக் கொள்ளுதல் போன்ற செயல்களுக்கும் காரணமாகிறது. மாதவிடாய் தொடங்கி இரண்டு நாட்களுக்குப் பிறகு இரத்த அழுத்தம் குறைய ஆரம்பித்துச் சாதாரணமாக இருப்பதற்கும் கீழே வந்து விடுகிறது. அதுவே களைப்பிற்கும், சோர்விற்கும் காரணமாகிறது. மாதவிடாய் முடிந்த சுமார் ஒருவாரத்திற்குள் இரத்த அழுத்தம் அதன் இயல்பான நிலையை அடைந்து விடுகிறது. இந்தமாதிரியான இரத்த அழுத்த மாறுபாடுகள் மனநிலைமையிலும் மாறுபாடுகளை உண்டாக்கக் காரணமாகின்றன.

6. குரல்மாறுபாடும் தோற்றமும்

மலர்ச்சி யெய்துகின்ற பருவத்திலே வளர்ச்சி வேகமாக நடைபெறுகின்றதென்று சொன்னேன். மற்ற உறுப்புக்களைப்போல் குரல் வளையும் வளர்கின்றது. குரல்வளையோடு சேர்ந்து அதிலுள்ள பேசுவதற்கு உதவும் குரல்தந்திகளும் நீண்டு வளர்கின்றன. அவை முன்னிருந்ததைவிட அநேகமாக இருபங்கு நீளமாவதால் குரலின் ஸ்தாயி குறைகின்றது. சிறுவயதிலே ஐந்து கட்டைச் சுதி வைத்துக்கொண்டு பாடுகிற பையன் இப்பருவத்திலே அவ்வாறு பாடமுடிவதில்லை. சுதி குறைகிறது. ஆனால் குரலில் அழுத்தமும் நயமும் ஏற்படுகின்றன. பெண்களின் குரலிலே இவ்வளவு மாறுதல் ஏற்படுவதில்லை.

சுருதி குறைவதானாலும் ஓரளவுக்குத்தான் குறையும். அழுத்தமும், நயமும் மட்டும் ஏற்படுவதுண்டு

பையனுடைய குரல் மாறுதல் நன்கு அமைந்து அதிலே நயம் ஏற்படுவதற்கு மலர்ச்சியெய்தியபின் இரண்டு மூன்று ஆண்டுகள் ஆகலாம். அதுவரையில் அவன் தனது குரல் திருப்தியில்லாமலிருப்பதைக் கண்டு பல சமயங்களில் சங்கடப்படுகிறான்.

மற்ற உடலுறுப்பு வளர்ச்சியைப் பொறுத்தும் ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் பொதுவான பல சங்கடங்கள் ஏற்படுகின்றன. இந்தப் பருவத்தின் தொடக்கத்திலே உறுப்புக்கள் எல்லாம் ஒரே அளவாக வளர்வதில்லை. கை, கால், மூக்கு ஆகிய உறுப்புக்கள் பொதுவாக விரைவில் வளர்ந்து விடுகின்றன. அவற்றைக் கண்டு சிறுவர்களும் முக்கியமாகச் சிறுமிகளும் கவலையடைகிறார்கள்.

அழகான ஆண் உருவம் அல்லது பெண் உருவம் எப்படி அமைய வேண்டும் என்று அனைவரும் அநேகமாக ஒரேமாதிரியான கருத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அதற்கு மாறுபட்டால் குமரப் பருவத்தினர்க்கு அது பெரிய கவலையைத் தருகின்றது. அதன் காரணமாகத் தாழ்வு மனப்பான்மைகூட ஏற்படுகிறது. குள்ளமாக இருப்பதை உணர்ந்து குமரன் வருந்துகிறான்; அதிக உயரமாக வளர்ந்து விட்டால் அதைக் கண்டு குமரி வருந்துகிறாள்.

குமரப் பருவத்திலுள்ள ஆண்களுக்குக் கீழ்க் கண்டவை முக்கியமாகக் கவலையளிக்கின்றன:—

1. உடல் தோற்றம், முக்கியமாக உயரம் சரியாக அமையாதிருத்தல்.
2. கொழுப்பதிகமாகி உடல் பருத்திருத்தல்.

3. மெலிந்த உடல்
4. பலமின்மை
5. முக உறுப்புக் கோணல்கள்
6. வளைந்த கால்கள்
7. பருத்த தோள்களின்மை
8. இனப்பெருக்க உறுப்புக்கள் மிகச் சிறுத்திருத்தல் அல்லது மிகப் பருத்திருத்தல்

அதே பருவப் பெண்களுக்கு முக்கியமாகக் கவலை தருபவையாவன:—

1. அதிக உயரம்
2. உடம்பு பருத்திருத்தல்
3. முக உறுப்புக் கோணல்கள்
4. உடலின் பொதுத் தோற்றம்
5. மிக ஒல்லியாக இருத்தலும் மார்பகம் மிகச் சிறுத்தோ மிகப் பருத்தோ இருத்தலும்
6. நீண்டு அடர்ந்த கூந்தலின்மை
7. முகத்திலே வடு
8. குரல் இனிமையின்மை

தங்கள் தோற்றத்தைச் சரிப்படுத்திக் கொள்ளக் குமாரப் பருவத்தினர் எவ்வகையான சிரமமும் எடுத்துக் கொள்ள விரும்புவார்கள். ஆண்கள் நீண்டநேரம் உடற்பயிற்சி செய்து தங்கள் தசை நார்களைப் பருக்கச் செய்ய முயல்வார்கள். ஆண்களுக்குரிய மிடுக்கான உடலமைப்பிலே அவர்களுக்கு அத்தனை ஆர்வம் உண்டு. உணவைச் சுருக்கி உடலின் அழகை அதிகப்படுத்துவதற்குப் பெண்கள் பின்வாங்கமாட்டார்கள். "உண்டி சுருங்குதல் பெண்

டிற்கழகு" என்ற வாக்கியம் எப்படியோ அவர்களுக்குப் பிடிபட்டுவிடும். இதுபோலவே மற்ற வகைகளிலும் குமரப்பருவத்தினர் தங்கள் தோற்றத்தைச் செம்மையாக அமைத்துக்கொள்ள ஆசைப்படுவார்கள்.

உடல் வளர்ச்சியும்,மலர்ச்சி யெய்துவதும் வயதிற்குத் தக்கவாறு எல்லோருக்கும் ஒரே சமயத்தில் ஏற்படுவதில்லை; இதிலே ஆளுக்கு ஆள் வேறுபாடு உண்டென்று முன்பே குறிப்பிட்டேன். ஆண்களுக்கும் பெண்களுக்கும் இதிலே வேறுபாடு உண்டு; பெண்களுக்குள்ளேயும் வேறுபாடு உண்டு.

இவ்வாறு ஆண்களுக்குள்ளேயும், பெண்களுக்குள்ளேயும் வேறுபாடு காண்பதும் கவலைக்கும் ஏமாற்றத்திற்கும் காரணமாகிறது. ஒத்த வயதினரைப் போலத் தானும் வளர்ச்சியடையவில்லையே என்று ஆண் கவலைப்படுகிறான்; பெண்ணும் கவலைப்படுகிறாள்.

மேலே கூறிய குறைகளெல்லாம் மனத்திலே பதிந்து பலவகைக் கோளாறுகளுக்கும் காரணமாகின்றன என்பதை நாம் முக்கியமாகக் கவனிக்க வேண்டும்.

7. நடத்தையிலே மாறுபாடு

மலர்ச்சி யெய்தும் பருவத்திலே மனத்தின் தன்மைகளில் ஏற்படும் மாறுதல்களை இனி முக்கியமாகக் கவனிப்போம்.

மலர்ச்சி யெய்தத் தொடங்குமுன்பு உடல் வேகமாக வளரத் தொடங்குகிறதல்லவா? அந்தச் சமயத்திலே அதிலும் குறிப்பாக மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்னதாக

நடத்தையிலே மாறுபாடு தெளிவாகக் காண்கிறது. இனப் பெருக்கத்திற்கு உதவும் உறுப்புக்களிலே வளர்ச்சி காணக் காணத் தோழர்களிடமிருந்து விலகித் தனித்திருக்க விருப்பம் ஏற்படுகிறது. எதிலுமே பற்றில்லாதிருத்தல், அமைதி யின்மை, பிடிவாதமாயிருத்தல், மூர்க்கத்தனம், சோம்பல், சிடுமூஞ்சித்தனம் முதலானவற்றை அந்தச் சமயத்திலே காணலாம். பழைய சகாக்களும், விளையாட்டுக்களும் இப்பொழுது அவ்வளவாகப் பிடிப்பதில்லை. படிப்பதிலும், பகற் கனவு காண்பதிலும் அதிக நேரத்தைக் கழிக்க விருப்பம் உண்டாகிறது.

மலர்ச்சி யெய்துமுன்பு ஆண்களுக்குப் பெண்களை அதிகமாகப் பிடிப்பதில்லை; பெண்களுக்கு ஆண்களைப் பிடிப்பதில்லை; வேற்றுப் பாலாரோடு சச்சரவு செய்து கொள்ளவும் தயங்குவதில்லை. இம்மாதிரி ஆண்களும் பெண்களும் நடந்து கொள்ளுவதோடு தங்களை மற்றவர் கள் சரியானபடி நடத்தவில்லை யென்று குறைப்பட்டுக் கொள்ளும் தன்மையும் காணப்படுகிறது.

மலர்ச்சி யெய்தப்போகும் பருவத்திலே பையன்களும் பெண்களும் தொட்டாற் சுருங்கிகளாய் விடுகின்றனர். எதற்கெடுத்தாலும் கோபம் வந்துவிடும். பிறருடைய வார்த்தைகளையும், நடத்தையையும் தப்பாக அர்த்தம் செய்துகொள்ளுவார்கள். அதன் காரணமாகப் பையன் கள் மூர்க்கத்தனமாக நடக்கத் தொடங்குவார்கள். பெண் கள் குறைகூறுவதோடு நில்லாமல் கண்ணீரைத் தாரை தாரையாகப் பெருகச் செய்வார்கள்.

பாருமே தங்களை அன்போடு நடத்தவில்லை என்ப தாக எண்ணிக்கொண்டும், எத்தனையோ துன்பங்களை

யெல்லாம் அநுபவிப்பதாகவும் பகற்கனவு காண்பதில் இது சமயத்தில் இரு பாலாருக்கும் இச்சையுண்டாகிறது.

மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்னதாக இவ்வ யெல்லாம் ஏற்படுகின்றன. ஆனால் மலர்ச்சி யெய்திய பிறகு இவையெல்லாம் மாறிவிடுகின்றன. மலர்ச்சி யெய்தி மாதங்கள் செல்லச் செல்ல நடத்தை திருந்தி அமைவதைப் பார்க்கலாம். சமூகப் பொதுநலப் பணிகளிலே நாட்டம் ஏற்படுகிறது; முந்தி இருந்த சோம்பலும் உதாசீனமும் மறைகின்றன. உள்ளக் கிளர்ச்சிகளை அடக்கியாளும் சக்தியும் பிறக்கின்றது. ஆண்களுக்குப் பெண்களிடமும், பெண்களுக்கு ஆண்களிடமும் இப்பொழுது அலட்சிய புத்தி இருப்பதில்லை.

மனிதனுடைய வாழ்க்கையிலே இரண்டு பருவங்களில் வளர்ச்சி மிக வேகமாக நடைபெறுகிறது. வேகமான வளர்ச்சி முதலிலே கருப்பையிலே தொடங்குகிறது. மிகச் சிறிய உயிரணுவாக வாழ்க்கையைத் தொடங்கிய கரு பத்து மாதத்திற்குள் வேகமாக வளர்ந்து கை, கால், கண், மூக்கு முதலான உறுப்புக்களெல்லாம் பெற்று மானிடக் குழந்தை யாகிவிடுகிறது. கருப்பையிலே தொடங்கிய இந்த வேக மான வளர்ச்சி குழந்தை பிறந்து சுமார் ஆறு மாதம் வரையில் நீடிக்கிறது. இருந்தாலும் இந்த வேகம் கருப்பையினுள் இருந்த வளர்ச்சி வேகத்திற்குக் குறைந்ததுதான். மெதுவாக இது குறைந்து கொண்டே வந்து ஆறுமாதங்களான பிறகு அநேகமாக ஒரேமாதிரியான நிலையை அடைகிறது. இப்படி மெதுவாக நடைபெறும் வளர்ச்சி மலர்ச்சி யெய்துகின்ற தருணத் திலே திடீரென்று மறுபடியும் வேகம் பெறுகிறது. மலர்ச்சி யெய்தச் சுமார் ஓராண்டு இருக்கும்போதே இந்த

வேகம் தொடங்குகிறது எனலாம். கருவின் வளர்ச்சி வேகத்தைப் போல் இது அவ்வளவு அதிகமாக இல்லா விட்டாலும் உலகத்தில் ஒருவன் அல்லது ஒருத்தி ஓடியாடி வாழும் நாட்களில் இதுவே அதிகமான வளர்ச்சியை உண் டாக்கும் பருவமாகும். குமரப் பருவம் முதிர முதிர இந்த வளர்ச்சி வேகம் குறைந்து கொண்டேவந்து சுமார் 18 வய திலோ அல்லது அதிகமானல் 20 வயதிலோ அநேகமாக நின்றே போகும்.

பாயின்டன் என்பவர் அமெரிக்காவில் 1200 பெண் குழந்தைகளின் உடல் வளர்ச்சியைப்பற்றி ஆராய்ச்சி செய் தார். அந்தக் குழந்தைகள் $1\frac{1}{2}$ மாதம் முதல் 18 ஆண்டு வரை வயதுடையவர்களாக இருந்தார்கள். அவர்களின் வளர்ச் சியை ஆராய்ந்து கீழ்க்கண்டவாறு அவர் முடிவுக்கு வந்தார். குழவிப் பருவத்திலே உடல் வளர்ச்சி மிக வேகமாக நடை பெறுகிறது. குழந்தைப் பருவத்திலே அதாவது பத்து வயது வரை மெதுவாகிறது. பிறகு 10, 11 ஆம் வயதில் மறுபடியும் வேகம் பெற்று ஒன்றிரண்டு வருடங்களுக்குப் புதிய வேகத்தோடு நடைபெறுகிறது. குமரப் பருவம் முதிர முதிர மெதுவாக்க் குறைந்து கொண்டே வந்து ஒரு நிலையில் நின்று விடுகிறது.

மலர்ச்சி யெய்துவதற்கு முன்பு இவ்வாறு வளர்ச்சி யிலே வேகம் உண்டாவதற்குச் சுரப்பிகளின் வேலையே காரணம் என்று முன்பே குறிப்பிட்டேன். அதனல் உடல் வளர்ச்சி பெறுகிறது; இனப் பெருக்கத்திற்கு உதவும் உறுப்புக்கள் நன்கு வளர்கின்றன; இளமைத் தோற்றம் மாறி ஆண்மைக்கும் பெண்மைக்கும் உரிய தோற்றம் அமைகிறது; பெண்ணின் மார்பகம் வளர்கின்றது. இவ் விதமான மாறுபாடுகள் வேகமாக உண்டாவதே நடத்தை

யில் மாறுபாடு காண்பதற்கும் காரணமாகின்றது. இளமையிலே இருந்த உருவத் தோற்றம் மாறுகிறதல்லவா? அதிலும் முக்கியமாக இனப் பெருக்கத்திற்கு உதவும் உறுப்புக்கள் மாறுகின்றன அல்லவா? ஆதலால் இந்தப் புது நிலைமைக்கேற்ப நடத்தையையும் மாற்றிக்கொள்ள வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. அது முதலிலே கொஞ்சம் மனத் தடுமாற்றத்தை உண்டாக்குகிறது. அதுவே மலர்ச்சி யெய்துவதற்குச் சற்று முன்னால் ஏற்படும் மாறுதல்களுக்குக் காரணம் என்று கூறலாம்.

மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்தில் உடல் வளர்ச்சியைப்பற்றிக் கூறும்போது இதுவரை முக்கியமாகப் புற உறுப்புக்களையே கவனித்தோம். பிட்டூட்டரி, இனப் பெருக்கச் சுரப்பிகள் ஆகிய இரண்டு அக உறுப்புக்களை மட்டும் விசேஷமாகப் பார்த்தோம். மற்ற அகவுறுப்புக்கள் பலவும் புறவுறுப்புக்களைப் போலவே இந்தப் பருவத்தில் வளர்ச்சியடைகின்றன என்பதையும் அறிந்துகொள்ள வேண்டும்.

இதயம் அளவிலே பருக்கிறது. பிறக்கும்போது அதன் நிறை எவ்வளவு இருந்ததோ அதைப்போலச் சுமார் ஏழு மடங்கு நிறை பன்னிரண்டாவது வயதிலே இருக்கும்; வயது 17, 18 ஆகும்போது பன்னிரண்டு மடங்காக நிறை உயர்ந்துவிடும்.

இதைப் போலவே சுவாசப் பையும் அளவிலும், நிறையிலும் அதிகரிக்கிறது. சீரண உறுப்புக்கள் இப்பருவத்திலே விசேஷமாக வளர்கின்றன.

மலர்ச்சிப் பருவத்திலே வளர்ச்சி துரிதப்படுவதால் உணவும் அதிகமாக வேண்டியிருக்கிறது. குமரப் பருவத்

தினர் வயது முதிர்ந்தவரை விட அதிகமாக உணவு கொள்ளமுடியும்.

குழந்தைப் பருவத்திலேயே மூளை நன்கு வளர ஆரம்பிக்கிறது. மலர்ச்சி எய்தும்போது அது அநேகமாக முழு வளர்ச்சி பெற்று விடும். குழந்தைப் பருவத்திலே உடம்புக்கு அளவாகத் தலையிராமல் பெரிதாகத் தெரியும். மலர்ச்சிப் பருவத்தில் மற்ற உறுப்புக்கள் வேகமாக வளர்ந்து உடலும் தலையும் அளவாக இருக்குமாறு அமைகின்றன.

பிறக்கும் போதே மூளையில் உள்ள நரம்பணுக்களும், நரம்பு நார்களும் அநேகமாக வேண்டிய அளவு இருக்கின்றன; ஆனால் அவை தங்கள் கடமைகளைச் செய்வதற்கு வேண்டிய வளர்ச்சியைப் பெற்றிருப்பதில்லை. குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே அவற்றின் வளர்ச்சி தொடங்குகிறது. நரம்பணுக்கள் முதிர்ச்சி பெறுவதோடு நரம்பு நார்களால் ஒன்றோடொன்று பல வகைகளிலே தொடர்பு கொள்ளுகின்றன. மலர்ச்சி எய்துகின்ற பருவத்தில் சுமார் இரண்டு ஆண்டுகளில் முதிர்ச்சி பெற்ற நரம்பணுக்களின் தொகை இரு மடங்காகி விடுகிறது. ஒன்றோடொன்று ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் தொடர்பும் அதிகரிக்கிறது. தலையின் உச்சிப் பாகத்திலே பெரும் பகுதியாக அமைந்திருக்கும் மூளையிலே பல புதிய புதிய தொடர்புகள் குமாரப் பருவத்திலே ஏற்படுகின்றன. அதன் காரணமாக மனத் திறமைகள் ஓங்குகின்றன. சிந்தனை சக்தியும் அதிகரிக்கிறது. அதனால் இந்தப் பருவத்திலே மனத்தை அதிகமாக உபயோகிக்கவேண்டிய செயல்களிலேயும், கணிதப் புதிர்கள் போன்றவற்றை விடுவிப்பதிலும் ஆர்வமும் மகிழ்ச்சியும் பிறக்கின்றன.

8. உள்ளக் கிளர்ச்சிகள்

"வயசுதான் பன்னிரண்டாகப் போகிறது; குழந்தை மாதிரி அழுகிறது இந்தப் பெண்" என்று தாய் சங்கடப் படுகிறாள்.

'ஆமாம், எங்கள் வீட்டில் அந்தப் பையன் இருக் கிறானே அவனும் அப்படித்தான்: எதற்கெடுத்தாலும் கோபித்துக் கொள்ளுகிறான். இத்தனை நாளாக அப்படி இல்லை" என்று பக்கத்து வீட்டு அம்மாளும் தனது கவலை யைத் தெரிவிக்கிறாள்.

மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்திலே குமரனும் குமரி யும தங்கள் உள்ளக் கிளர்ச்சிகளை வெளியிடுவதிலே மறு படியும் குழந்தைகள் போல நடந்து கொள்ளுகிறார்கள். குழந்தைக்குப் பயம் ஏற்பட்டால் அல்லது கோபம்வந்தால் அல்லது சந்தோஷம் பிறந்தால் அதை முழு வேகத்தோடு வெளிப்படுத்துகிறது. சிறிய பயத்திற்கும் பெரும் பயத் திற்கும் இந்த வேகத்திலே வேறுபாடே இருக்காது. எந்த உள்ளக் கிளர்ச்சியும் முழு வேகத்தோடுதான் வெளிப்படும்; அதன் அளவுக்குத் தக்கவாறு அதிகமாகவோ, மித மாகவோ, குறைவாகவோ வெளித் தோன்றுவதில்லை. ஆனால் வயதேற ஏறக் குழந்தை தன் உள்ளக்கிளர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்தப் பழகிக் கொள்ளுகிறது. குழந்தைப் பரு வம் தாண்டுவதற்குள் இந்தத் திறமை அநேகமாகத் திருப்தி கரமாக அமைந்து விடும்; அதனால் பெற்றோர்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் மகிழ்ச்சி உண்டாகிறது.

ஆனால் மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்திலே இந்தக் கட்டுப்படுத்தும் திறமை மறைந்து மறுபடியும் குழந்தை நிலை ஏற்படுகிறது. அதைக் கண்டுதான் மேலே கூறிய

தாய்மார்கள் கவலையடைந்திருக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்கள் அப்படி அதிகமாகக் கவலைப்பட வேண்டியதில்லை. மலர்ச்சி யெய்திய தொடக்கத்திலிருக்கும் குமரனிடத்திலும் குமரி யிடத்திலும் அவர்கள் கொஞ்சம் அதிகமாகப் பரிவு காட்ட வேண்டும். குமரனுக்கும் குமரிக்குமே பல சமயங்களில் தங்கள் நடத்தை பிடிக்காது; பின்னால் அதற்காக வருந்து வார்கள். குமரப் பருவம் முதிர முதிர மறுபடியும் அவர் களுக்குத் தங்கள் உள்ளக் கிளர்ச்சிகளைக் கட்டுப் படுத்தும் திறமை அநேகமாக அமைந்துவிடும். அதுவரை அவர் களிடம் பரிவு காட்டத்தானே வேண்டும்?

பயம், கோபம், பொறாமை, தொந்தரவு முதலிய உள் ளக் கிளர்ச்சிகள் தோன்றினால் குமரிகள் அழுது தீர்த்து விடுவார்கள்; சந்தோஷம் வந்து விட்டால் ஒரே சிரிப்பும் இளிப்புமாக இருக்கும். இரண்டும் அளவு கடந்து போகும்.

குமரனுக்குச் சந்தோஷம் வந்து விட்டால் தலைகால் தெரியாது என்கிறார்களே அப்படிக் குதிப்பான். முகத் திலே மகிழ்ச்சி தாண்டவமாடும். மனத்திற்கு ஏதாவது பிடிக்கவில்லை என்றாலோ முகத்தை 'உம்' என்று வைத்துக் கொள்ளுவான்; சரியாகப் பேசமாட்டான; சொன்னதைச் செய்ய மாட்டான்; "ஏண்டா இப்படி யிருக்கிறாய்?" என்று கேட்டால் மௌனம் சாதிப்பான்; இல்லாவிட்டால் ஏதா வது முணு முணுத்துக் கொண்டு போவான்.

குமரப் பருவம் முதிரத் தொடங்கும் போது இம் மாதிரி உள்ளக் கிளர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த அப் பருவத் தினர் முயல்வார்கள். அப்படி முயலுவதால் சில சமயங் களில் அவை உள்ளுக்குள்ளேயே பல நாள் கனல் வீசிக் கொண்டிருக்கத் தொடங்கும். குழந்தையின் உள்ளக்

கிளர்ச்சி அப்படியே வெகு நேரம் நீடித்திராது; மலர்ச்சி யெய்திய தொடக்க நிலையில் உள்ளவரிடத்தும் அது நீடிப்ப தில்லை. அதைக் கட்டுப் படுத்த முயலாமல் உடனே வெளிப்படுத்தி விடுவதால் அது குமுறி வழிந்து மறைந்து விடுகிறது. குமரப் பருவம் முதிரும் போது இதைக் கட்டுப் படுத்த முயலுவதில்தான் உள்ளக் கிளர்ச்சி உள்ளுக்குள் ளேயே நீண்ட காலத்திற்குக் கனல் விடுகிறது. அதனால் உயிரைப் போக்கிக் கொள்ளலாம் என்றுகூட எண்ணும் படி சில சமயங்களிலே எண்ணம் ஏற்படுகிறது. உள்ளுக் குள்ளேயே குமைந்து சாம்புவது ஆண்களிடத்தில்விடப் பெண்களிடத்திலே அதிகமாகக் காணப்படும்.

குழந்தைப் பருவத்தின் கடைசிப் பகுதியிலே தோழர் களுடைய கூட்டத்தின் மேல் பற்றுதல் அதிகமாக இருக்கும். குமரப் பருவம் முதிர முதிர இந்தப் பற்றுதல் குறையத் தொடங்கித் தன்னைப் பற்றிய பெருமை, தனது வெற்றிகளிலே பெருமை, குடும்பப் பெருமை என்றிப்படி மாறுகின்றது.

கலை யார்வம், அழகிலே நாட்டம், அன்பு, மற்றவர் களின் உணர்ச்சிகளுக்குப் பரிவு காட்டல் முதலான தன்மைகளெல்லாம் குமரப் பருவத்தின் முதிர்ச்சியிலே தோன்றுகின்றன. லட்சியங்களிலே ஆர்வமும் இப் பொழுது அதிகமாகும். சில சமயங்களிலே இந்த ஆர்வம் ஒரு வெறி போலக்கூட மாறிவிடும்.

குமரப் பருவத்திலே இவ்வாறு உள்ளக் கிளர்ச்சி களில் குமுறல்கள் ஏற்படுவதற்கு முக்கிய காரணம் அப் பருவத்திலே ஏற்படும் பலவகைப்பட்ட மாறுதல்களே யாகும். அக்காலத்திலே ஏற்படும் உடல் வளர்ச்சி முதலி

யவைகளுக்கு ஏற்பச் சூழ்நிலை அமைவதில்லை. அவர்களுக் குண்டாகும் ஆழ்ந்த ஆசைகளுக்கும் மற்ற இயல்பான மனப் போக்குக்களுக்கும் தடையாகப் பல சமயங்களிலே. சூழ் நிலை குறுக்கிடுகின்றது. பெற்றோர்களும் மற்றவர் களும் விதிக்கும் கட்டுப்பாடுகளை அப் பருவத்தினரால் எளிதில் ஏற்றுக்கொள்ள முடிவதில்லை. அவர்கள் தங்களை மற்றவர்கள் பெரியவர்களாக மதித்து நடத்தவேண்டு மென்று விரும்புகிறார்கள். மேலும் குழந்தைப் பருவத்தைக் கடந்து வந்த குமரனுக்கும் குமரிக்கும் மலர்ச்சி யெய்து கின்ற காலத்திலே புதிய நிலைமை ஏற்படுகின்றதல்லவா? அதற்குத் தக்கவாறு நடந்து கொள்வதிலும் சங்கடங் களும், தவறுகளும் ஏற்படுகின்றன.

இந்தப் பருவத்தினரிடம் பரிவோடு அவர்களுக்குப் பெற்றோர்களும் மற்றவர்களும் வழி காட்டுவார்களானல் உள்ளக் கிளர்ச்சிக் குமுறல்கள் அதிகமாக இரா. குமரப் பருவத்தில் ஏற்படும் பிரச்சினைகளைச் சமாளிப்பதற்குக் குழந்தைப் பருவ இறுதியில் முன்னதாகவே பயிற்சியும், ஆலோசனைகளும் தருவதும் நல்லது.

குமரப் பருவத்தினரின் மனப் போராட்டங்கள் நல்ல முறையிலே தீர்ந்து விட்டால் வாழ்க்கையில் நுழைவதற்கு வேண்டிய நம்பிக்கையும் உற்சாகமும் மிகுகின்றன. இல்லா விடில் தோல்வி மனப்பான்மையும் சோர்வும் தலை காட்டத் தொடங்குகின்றன.

9. பயம் முதலிய கிளர்ச்சிகள்

உலகத்திலே பிறக்கும்போது குழந்தைக்கு ஒன்றி ரண்டு வகையான பயந்தான் உண்டென்று சொல்லுகிறார்

கள். பெரிய சப்தத்தைக் கேட்டால் குழந்தை பயப்படும்; கீழே விழுவதுபோலத் தோன்றினல் பயப்படும். இவற்றைத் தவிர மற்ற வகையான பயங்களெல்லாம் பின்னல் ஏற்படுபவை என்று மனத்தத்துவர்கள் கூறுகிருர்கள். ஆதலால் அவையெல்லாம் எல்லோருக்கும் ஒரே மாதிரி இருக்க முடியாது. சில குழந்தைகள் நாயைக் கண்டால் பயப்படுகின்றன; சில குழந்தைகளுக்கு நாயென்ருல் ரொம்ப ஆசை, அதைக் கண்டு பயப்படா. இம்மாதிரி பயங்களெல்லாம் அநுபவத்தையும் வளர்ப்பு முறையையும் பொறுத்திருக்கின்றன.

குழந்தைகளுக்குப் பிராணிகளிடத்திலும், சுற்றுப்புறத்தில் உள்ள மற்றப் பொருள்களிடத்திலும் ஏற்படும் பய உணர்ச்சிகள் வயதாக ஆகப் பொதுவாகக் குறையும். சில பய உணர்ச்சிகள் குமரப் பருவத்திலும், வாழ்க்கை முழுதுங்கூட நீங்காமல் இருப்பதும் உண்டு. ஆனல் இருட்டுப் பயம் போன்றவை அதிகரிக்கின்றன. குமரப் பருவத்திலே பலவகையான புதிய பய உணர்ச்சிகளும் உண்டாகின்றன. குழந்தைப் பருவப் பய உணர்ச்சிகளுக்கும் இவற்றிற்கும் ஒரு முக்கிய வேறுபாடு உண்டு. குழந்தை தன் எதிரிலே தோன்றும் காரணங்களாலேயே பயமடைகின்றது; ஆனல் குமரன் தான் கற்பனைசெய்து கொள்ளும் காரணங்களாலும் பயமடைந்து நலிகின்றன். குமரன் தான் படிக்கும் பள்ளிக்கூடத்தில் மாணவர் கழகத்தில் எல்லோருக்கும் முன்னல் முதல் தடவையாக நின்று அடுத்த வாரத்திலே ஒரு சொற்பொழிவு நிகழ்த்த வேண்டுமானல் அவன் அதைப்பற்றி இப்பொழுதிருந்தே பயப்பட்டுக் கொண்டிருப்பான். குழந்தைக்கு அப்படிப்பட்ட பயம் தோன்ருது. தன்னைப்பற்றிப் பிறர் உயர்

வாகக் கருத வேண்டும் என்றும், எல்லோருக்கும் முன்னால் தான் நல்ல பெயர் வாங்கவேண்டும் என்றும் குமரன் கவலைப் படுகிறான். நாணம் இதற்கு ஒரு முக்கிய காரண மாக இருக்கின்றது.

குமாரப் பருவத்தில் இருக்கும் பயங்களை மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்:—

1. நாய், பாம்பு முதலான பிராணிகளிடத்தும், இடி, மழை, சாதாரணமாகக் கேட்டிராத புதுமாதிரியான சப்தம், நெருப்பு, நீர் முதலான இயற்கை நிகழ்ச்சிகளிடத்தும் பயப்படுதல்.

2. மற்றவர்களிடம் பழகுதல், திறமையோ, பேச்சுச் சாதுரியமோ, வேறு வகைகளில் முக்கியத்துவமோ உடைய வர்களோடிருத்தல், தனித்திருத்தல், கூட்டத்திலிருத்தல், பலர் முன் பேசுதல், வேற்றுப்பாலார்களே அதிகமாக வுள்ள இடத்திலிருத்தல், முதிர்ந்தவர்களே அதிகமாக உள்ள இடத்திலிருத்தல் ஆகிய சமூகத் தொடர்பால் வரும் சந்தர்ப்பங்களில் பயமடைதல்.

3. வறுமை, சாவு, நோய், பரீட்சையில் தேர்ச்சி பெறாமை, செல்வாக்கிழத்தல், தொழிலில் வெற்றி பெறாமை, வேற்றுப்பாலார்களிடம் திருப்திகரமாக நடக்க இயலாமை, பெற்றோர்களுக்கு வேதனை உண்டாக்கல் ஆகியவற்றை எண்ணிப் பயப்படுதல்.

குமாரப் பருவம் முதிர முதிரச் சமூகத் தொடர்பு சம்பந்தமான பயங்களும், வெற்றி தோல்வி பற்றிய பயங் களும், வேற்றுப்பாலாருடன் ஏற்படும் தொடர்பு சம்பந்த மான பயங்களுமே ஓங்குகின்றன. இவைகளுங்கூடக் குமாரப்பருவத்தின் இறுதியில் குறைய வேண்டும்.

இயற்கை நிகழ்ச்சி பற்றிய பயங்களும், உயிர்ப்பொருள் களைப் பற்றிய பயங்களும் அநேகமாக நீங்கிவிட வேண்டும். இவற்றைப் போக்கக் குமரப் பருவத்தில் கிடைத்த வாய்ப் புக்களும், அவற்றைச் சரிவரப் பயன்படுத்திக்கொண்ட முறைகளுமே சாதனங்களாக அமையும். இவைகள் குறைகின்ற அளவிற்குக் குமரனும் குமரியும் வாழ்க்கை யிலே உயர்வும் வெற்றியும் இன்பமும் பெறத் தகுதி வாய்ந்தவர்களாகிறார்கள்.

இவை ஓரளவு குறையததொடங்கினாலும் ஒரு சில பயங்கள் வாழ்க்கை முழுதும் இருந்துகொண்டே யிருக் கின்றன. தனக்குப் போதிய திறமையில்லையே என்ற பயம், தானே கற்பனை செய்துகொள்ளும் பயம் ஆகியவை அப்படித் தொடர்ந்து நிற்கின்றன.

குமரப் பருவத்திற்கே முக்கியமாக உரித்தான சில கவலைகளும் தொல்லை கொடுக்க ஆரம்பிக்கும். தோற்றம் நன்றாக இருக்க வேண்டுமென்று கவலை வருகிறது. படிப்பிலே சிறப்படைய வேண்டுமே என்றும் கவலை. வயது ஏற ஏறக் கல்யாண விஷயமாகக் கவலை வந்து விடுகிறது. இக்கவலைகளெல்லாம் பயத்திற்கும் காரண மாகின்றன.

சின்னக் குழந்தைக்குக் கோபம் வந்தால் விட்டு அழும்; கீழே விழுந்து புரளும். கடிப்பதும் உண்டு; அடிப்பதும் உண்டு. ஆனல் குமரப் பருவத்திலே கோபம் வந்தால் இம்மாதிரி நடத்தை அநேகமாக இராது. வசவு வார்த்தைகளைப் பிரயோகித்துக் குத்தலாகப் பேசுவது, சாமான்களை வீசி எறிவது என்று இப்படிக் குமரப் பருவத் திலே கோபம் வெளிப்படும்.

குழந்தையின் கோபத்திற்குக் காரணம் ஒரு மாதிரியாக இருக்கும். விளையாட்டுப் பொம்மையைப் பிடுங்கினால் குழந்தைக்குப் பெரிய கோபம் வரும். சட்டை போட்டுக் கொள்ளும்படி வற்புறுத்தினால் கோபம் வரும். ஆனால் குமாரனுடைய கோபத்திற்குக் காரணம் வேறுமாதிரியாக இருக்கும். அவனிடம் யாராவது நியாயமற்ற முறையில் நடந்துகொண்டால் அவனுக்குத் தாங்கமுடியாது. அவனிடம் கொஞ்சம் தோரணையாக நடந்தாலும் அவனுக்குப் பிடிக்காது.

குழந்தை தன் தாயின் அன்பெல்லாம் தன்மேலேயே இருக்கவேண்டுமென்று ஆசைப்படுகிறது. வேறு குழந்தையைத் தாய் எடுத்தால்கூடப் பல குழந்தைகள் பொறுத்துக்கொள்ளமாட்டா. வேறொரு குழந்தை தாயின் அன்பைப் பகிர்ந்துகொள்ள வந்துவிட்டதே என்று அவற்றிற்குப் பொறாமை உண்டாகிறது. ஆனால் குழந்தை வளர வளர அதன் விருப்பங்கள் மாறிக்கொண்டு போகின்றன. பத்து வயதிலே குழந்தைக்கு அதன் தோழர்களின் கூட்டத்தினிடத்திலே பற்று அதிகம். அப்பொழுது, இந்தப் பொறாமை அநேகமாக மறைந்துபோகும். குமரப்பருவத்திலே இந்தப் பொறாமை மறுபடியும் தலையெடுக்க ஆரம்பிக்கும். ஆனால் அந்தப் பொறாமைக்குக் காரணம் தாயல்ல. குமாரனும் குமரியும் அவர்கள் ஆழ்ந்து நேசிப்பவர்களின் அன்பு முழுவதும் தங்கள் மேலேயே இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள் தான் நேசிக்கும் ஒருத்தி அல்லது ஒருவன் வேறொருவரோடு சிரித்துப் பேசுவதைக்கூடப் பொறுத்துக் கொள்ள முடியாதபடி பொறாமை உண்டாவதுண்டு. இப்படிப் பொறாமையால் வாடும்போது பெண்கள் அழுவதும் உண்டு.

குமரப் பருவத்தில் தோன்றும் அன்பும் காதலும் அதிக ஆழமானவை.

10 உணர்ச்சி விரிவு

பிறந்த குழந்தை சுயநலமே உருவானது என்று சொல்லலாம். அதற்குத் தன்னைப்பற்றியேதான் எண்ண மெல்லாம். பின்னால் அது தன் தாயிடம் அன்பு கொள்ளு கிறது; தன்னருகிலே உள்ள மற்றவர்களிடம் அன்பு கொள்ளத் தொடங்குகிறது. இருந்தாலும் தனது நலமே அதற்குப் பெரிது.

வயது ஆக ஆகக் குழந்தையின் விருப்பம் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக விரிவடைகிறது. தன்னையொத்த சிறுவர் களிடம் சேர்ந்து விளையாடுதல், பழகுதல், அவர்களுடைய இன்பத்தையும் கவனிக்க வேண்டுமென்று எண்ணுதல் என்று இவ்வாறு சமூகத்தில் சேர்ந்து வாழும் உணர்ச்சி வளர்கிறது.

தோழர்கள் தன்னைப் புறக்கணிக்கக்கூடாது என்ற ஆர்வமும் பிறப்பதால் அவர்களுக்குப் பிரியமுண்டாகும் படி நடந்துகொள்ள வேண்டும் என்றும் குழந்தை தெரிந்து கொள்ளுகிறது.

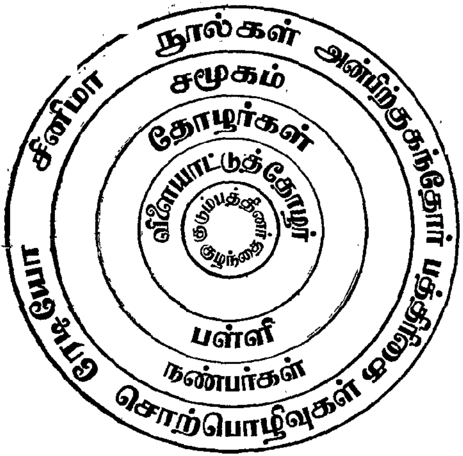
பத்து வயதுச் சிறுவனுக்கோ அல்லது சிறுமிக்கோ தனது விளையாட்டுக் கூட்டத்தினிடத்தே பற்றுதல் அதிக மாக இருக்கிறது. ஆனால் அந்தப் பருவத்திலே பொது வாகப் பையன்கள் மற்றப் பையன்களுடைய தோழமை யிலும், பெண்கள் மற்றப் பெண்களின் தோழமையிலுமே ஆர்வம் காட்டுவார்கள். இருபாலாரும் சேர்ந்து விளை யாடுவதோ அல்லது பழகுவதோ அதிகமாக இராது.

குமரப் பருவத்திலே இந்தச் சமூகப் பழக்கமும் நடத்தையும் இன்னும் விரிவடைகிறது. வேற்றுப்பாலாரின் தோழமையிலே மெதுவாக ஆசை பிறக்கிறது. ஆழ்ந்த நட்பு அந்தப் பருவத்திலே ஏற்படுகிறது. முன்னால் பழகிய தோழர் தோழிகளின் கூட்டத்திலே இப்பொழுது அதிக நாட்டமிருப்பதில்லை. அப்படியிருந்தாலும் அது தனிப்பட்டவரின் மேலுள்ள அன்பாகவே மாறி யிருக்கும்.

இப் பருவத்திலே அறிவு வளர்ச்சி ஏற்படுவதாலும் நடத்தையிலே பல புதிய மாறுதல்கள் ஏற்படத் தொடங்குகின்றன. படிக்கும் நூல்கள், பத்திரிகைகள், பார்க்கும் சினிமாக்கள், நாடகங்கள், கேட்கும் சொற்பொழிவுகள் முதலியனவெல்லாம் இப் பருவத்தினரின் மேல் சிறிய அளவிலோ பெரிய அளவிலோ தமது செல்வாக்கைச் செலுத்தத் தொடங்குகின்றன.

கிணற்றிலே விழுந்த ஒரு சிறிய கல்லால் உண்டாகின்ற அலை வட்டமானது எப்படி விரிவடைந்து கொண்டே போகிறதோ அப்படி ஒருவனுடைய விருப்பங்களும், எண்ணங்களும், அநுபவங்களும் விரிந்து கொண்டே போகின்றன. அவற்றிற்கு ஏற்றவாறு நடத்தையும் மாறி அமைகின்றது.

இம்மாதிரி அன்பு விரிவடைவதும், நடத்தை மாறுவதும் திடீரென்று ஏற்படுவனவல்ல. குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே சிறிது சிறிதாக இவை ஏற்படுகின்றன. அவற்றிற்குச் சாதகமான சூழ்நிலையிருந்தால் விரும்பத் தகுந்த முறையிலே நன்றாக அவை விரிவடையும்; இல்லையேல் வாழ்க்கையிலே நுழையும் போது சிரமம் ஏற்படுகின்றது; நம்பிக்கை குறைகிறது; எதிலும் பின் வாங்கி நிற்கும் மனப்பான்மை தோன்றுகிறது.



உணர்ச்சி விரிவு

இங்கே முக்கியமாகக் கவனிக்க வேண்டிய ஒரு விஷயம் இருக்கிறது. குமரப் பருவத்திலே உண்டாகின்ற அநுபவங்களும், உணர்ச்சிகளும், பழக்கங்களும், நோக்கங்களும் முன்னால் கிடைத்தவற்றை விட வாழ்க்கையை அதிகமாகப் பாதிக்கின்றன. குழந்தையின் முதல் ஐந்து ஆண்டுகளுக்குள்ளேயே அதன் வாழ்க்கையின் போக்கு அமைந்து விடுகின்றது என்பது உண்மையாக இருந்தாலும் குமரப் பருவத்தில் உள்ளத்திலே பதிகின்ற அநுபவங்களுக்கும், உணர்ச்சிகளுக்கும் மிகுந்த வலிமை உண்டு. குமரப் பருவத்தை மனப் பதிவு மிகுந்த காலம் என்று கூடச் சொல்லுவார்கள். ஆதலால் அந்தச் சமயத்திலே

இவற்றைப்பற்றி யெல்லாம் மிகுந்த எச்சரிக்கையோடு இருக்க வேண்டுவது அவசியம்.

இப் பருவத்தினரிடமே தங்கள் கருத்துக்களைப் புகுத்துவதில் கண்ணுங் கருத்துமாக இருக்கும் அரசியல் வாதிகள், சமய வாதிகள் முதலியோர் மேலே கூறிய உண்மையை நன்கு உணர்ந்தவர்கள். அவர்களுடைய போதனைகள் நன்மைக்கும் காரணமாகலாம்; தீமைக்கும் காரணமாகலாம்.

11. தோழமையும் அரட்டையும்

சிறுவர்களுக்கும், சிறுமிகளுக்கும் விளையாட்டுத் தோழர்கள் நிறைய வேண்டும். அவர்கள் தோழமையெல்லாம் முக்கியமாக விளையாட்டைப் பொறுத்தே இருக்கும். ஆனால் குமரப் பருவத் தொடக்கத்திலேயே இது மாற ஆரம்பித்து விடுகிறது. தான் விரும்பும் விளையாட்டுக்கள், ஆட்டங்கள் முதலியவற்றிலேயே ஆர்வங் காட்டும் ஒத்த வயதினரிடம் இப்பொழுது சிநேகம் இருக்கும்; இருந்தாலும் சிநேகம் என்பது இப்பருவத்திலே விளையாட்டைப் பொறுத்து மட்டும் இருக்காது. இயற்கைத் திறமைக் கேற்பக் குமரன் அல்லது குமரியின் விருப்பங்கள் இப்பொழுது வெவ்வேறு துறைகளில் செல்லுகின்றன. ஒருவனுக்கு ஓவியம் வரைவதிலே நாட்டம்; ஒருத்திக்குப் பாட்டிலே விருப்பம் அதிகம்; ஒருவனுக்குப் படிப்பிலேயே கவனம். இப்படி வெவ்வேறு விருப்பமுள்ளவர்கள் அதே விருப்பமுள்ள மற்றவர்களுடன் நட்புக் கொள்ளத் தொடங்குவார்கள்; அறிவுத் திறமைக்கேற்றவாறும் நட்பு ஏற்படும். ஒருவனுக்குச் சில தன்மைகளிலே, திறமை

க்ளிலே ஆசையிருக்கும்; உருவத் தோற்றத்திலும், நடத்தையிலும், பேச்சிலும் இவ்வாறு இருக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமும் இருக்கும். இவையெல்லாம் பெரும் பான்மையாக அமைந்திருப்பவரிடம் நட்பு ஏற்படுவதும் இயல்பு.

குமரப் பருவம் முதிர முதிர வேற்றுப்பாலாரிடம் அன்பு அதிகமாகத் தோன்றுகிறது. அவர்களிடமும் தனக்குப் பிடித்தமானவற்றை எதிர்பார்த்தே நட்பு வளரத் தொடங்கும்.

குமரப் பருவத்தினரிடத்தே மற்றொரு தன்மையையும் காணலாம். தாம் அதிகமாகப் பழகும் நட்பினர்களைப் போலவே பேசவும், உடுக்கவும், நடந்து கொள்ளவும் அவர்கள் விரும்புவார்கள். சாதாரணமாகக் குமரப் பருவத்தினர் கொள்கைகளில் ஆழ்ந்த பற்றுக் கொண் டிருப்பார்கள். இருந்தாலும் தமது சகாக்களின் போக் குக்கு மாறாக வெளிப்படையாக நடந்துகொள்ள விரும்ப மாட்டார்கள். அதனாலேயே சகாக்களைத் தேர்தெடுக்கும் போது அநேகமாக ஒத்த பண்புடையவர்களையே நாடு வார்கள்.

குமரப் பருவத்தினருக்குச் சம்பாஷணையிலே மிகுந்த விருப்பம் உண்டு. எல்லோரும் பேசுவதிலேயே அதிக நாட்டங் கொண்டிருப்பார்கள். மற்றவர்கள் பேசுவதைக் கேட்பதிலே அத்தனை பொறுமை இருக்காது.

விளையாட்டு முடிந்ததும் வட்டமாகச் சுற்றி உட் கார்ந்து கொண்டு அரட்டை யடிக்கத் தொடங்கிவிடுவார் கள். வேடிக்கை, கேலி, கிண்டல் எல்லாம் வரும். தங் கள் விசேஷ நண்பர்களைக்கூடக் கேலி செய்யத் தொடங்கு

வார்கள். அவர்கள் நடை உடை பாவனைகளைப் பரிகாசம் செய்வார்கள். அரட்டையிலே வரம்பு கடந்தும் போவதுண்டு.

சினிமாவுக்குப் போனாலும் சரி, சங்கீதக் கச்சேரிக்குப் போனாலும் சரி இவர்கள் பேச்சை மட்டும் நிறுத்துவது கடினம். குசுகுசுவென்றாவது பேசிக்கொள்வார்கள்.

குமரப் பருவத்தினர் கூடியிருக்கும்போது விவாதங்கள் தொடங்குவதுண்டு. சாதாரணமாகத் தொடங்கிய அரட்டை காரசாரமான விவாதமாக மாறிவிடும். கோபதாபங்களெல்லாம் மேலோங்குவதும் உண்டு. சண்டை போடுதல், வசையம்பு தொடுத்தல் என்றெல்லாம் ஆகிவிடும். வசையம்பு தொடுப்பதிலே பெண்கள் முதன்மை பெறுவார்கள்.

சம்பாஷணையிலே இப்படிப் பொதுவாகக் குமரப் பருவத்தினருக்கு விருப்ப மிருப்பினும் பேசாமௌனிகளாக இருக்கும் சிலரும் உண்டு. தகுதியின்மை, பேச்சுத்திறனின்மை ஆகிய உணர்ச்சிகளால் கட்டுண்டு அவர்கள் மௌனம் சாதிக்கிறார்கள். பேச முயன்றாலும் குழப்பமடைந்துவிடுகிறார்கள். ஆசையிருந்தும் ஏதோ ஒரு வித பயம் அவர்கள் நாவைக் கட்டிவிடுகிறது. இப்படிப்பட்டவர்கள் கூட்டத்தை விட்டு விலகியிருக்க முயல்வார்கள்; கற்பனையாகச் சம்பாஷணையைத் தனியாக நடத்திக்கொண்டு தங்கள் குறைபாட்டிற்கு ஆறுதல் தேட முயல்வார்கள். நீள நீளமாக எழுதி எழுத்து மூலம் திருப்தியடையவும் நாடுவார்கள். தம்மைவிட வயதிற் குறைந்தவர்களிடமோ, அந்தஸ்தில் குறைந்தவர்களிடமோ அதிகமாகப் பேசியும் ஆறுதலடைவார்கள்.

குமரப் பருவத்தினரின் அரட்டையிலே சினிமா, அரசியல், பத்திரிகைச் செய்திகள், விளையாட்டுப் பந்தயங்கள், புத்தகங்கள், கதைகள், தேநீர் விருந்துகள் எல்லாம் முக்கியமாக இருக்கும். அரசியல் பிரமுகர்கள், சினிமா நட்சத்திரங்கள், நாட்டியமாடுவோர், ஆசிரியர்கள் எல்லாரும் அடிபடுவார்கள். கேலியும் சிரிப்பும் பொத்துக் கொண்டு வரும். கல்யாணப் பேச்சு, காதல்பற்றிய பேச்சு ஆகியவையும் வரும்.

இவ்வாறு சம்பாஷிப்பதன் மூலம் குமரப் பருவத்தினர் தங்கள் கருத்துக்களைச் செம்மைப் படுத்திக் கொள்ளுகிறார்கள். மற்றவர்கள் அவற்றிலுள்ள குறைபாடுகளை எடுத்துக் கூறுவதன் மூலமும், வேறு கருத்துக்களை எடுத்து விளக்குவதன் மூலமும் மனத்தெளிவு பெறுகிறார்கள். நயமாகப் பேசவும், மற்றவர்கள் விரும்பும்படியாகப் பேசவும் தெரிந்துகொள்கிறார்கள்.

12. விருப்பமும் துடிப்பும்

குழந்தையினுடைய உலகம் மிகச் சிறியது. தாய், தந்தை, வீட்டிலுள்ளவர்கள், உறவினர்கள் ஆகியோரிலும், அதன் சுற்றுப்புறம் ஆகிய இவற்றிலும் அது அடங்கிப் போகும். ஆனால் குழந்தை வளர வளர இந்த உலகமும் விரிவடைகிறது. பள்ளிக்கூடம் அதிலே சேருகிறது. குமரப் பருவத்திலே அது மிகவும் விரிவடைகிறது. சமூகம், நாடு, உலகம் என்பனவெல்லாம் நன்றாகக் குமரப் பருவத்தினரின் சிந்தனையில் வருகின்றன. சமூகப் பிரச்சினைகள், தேசிய விஷயங்கள், உலக விவகாரங்கள் எல்லாவற்றிலும் அவர்கள் கருத்துச் செலுத்துகிறார்கள்.

அரசியல், பொருளாதாரம், சமூகச் சீரமைப்பு, சமய விஷயங்கள் முதலியவற்றைப் பற்றியெல்லாம் அவர்கள் எண்ணுவதோடு தமது கருத்துக்களைப் பற்றித் தோழர்களோடு விவாதம் செய்யவும் ஆர்வங் காட்டுகிறார்கள்.

குமரப் பருவத்தினர் லட்சியவாதிகளாகவே இருப்பார்கள். உலகில் உள்ள குறைகளையெல்லாம் கண்டு ஆத்திரப்படுவார்கள்.

இந்தப் பருவத்திலே தீவிரவாதம், புரட்சிகரமான கொள்கைகள் எல்லாம் ரொம்பவும் பிடிக்கும். அவற்றைப் பற்றி உணர்ச்சி யூட்டுமாறு பேசக்கூடியவர்களின் கருத்துக்கள் அவர்கள் மனத்தில் நன்கு பதிந்து வேலை செய்யத் தொடங்கும். பழைய கொள்கைகளையும் நம்பிக்கைகளையும் தள்ளிவிட்டுப் புதியனவும் முற்போக்கானவையுமான கருத்துக்களைத் தாங்கள் கொண்டிருப்பதாகக் குமரப் பருவத்தினருக்கு ஒரு தனிப் பெருமை யுணர்ச்சியும் உண்டாகும். முதிர்ந்த பருவம் வரும்போதுதான் அவர்களுக்கு நிதானமும், எண்ணித் துணியும் சக்தியும் ஒழுங்காக அமையும்.

உலக விவகாரங்களிலும், நாட்டு விவகாரங்களிலும் உள்ள குறைகளை எடுத்துப் பேசுவதில் குமரப் பருவத்தினர் தயங்கமாட்டார்கள். அமைச்சர்கள், ஆசிரியர்கள், அதிகாரிகள் எல்லோரும் இதற்கு ஆட்பட்டுத்தான் தீர வேண்டும். அவர்கள் மட்டுமல்ல; வீட்டிலே பெற்றோரும் தப்ப முடியாது.

தாய் தந்தையரின் குறைபாடுகள் குமரப் பருவத்தினருக்குத் தெரியத் தொடங்குகின்றன. அவற்றைக் குறிப்பிட்டு நேராக அவர்களிடம் பேசாது போனாலும் நண்பர்

களிடமாவது பேசாது விடமாட்டார்கள். அவர்களது நடத்தையின் மூலமாகவும் தங்கள் கருத்தை வெளிக் காட்ட முயல்வார்கள்.

தம் விருப்பப்படி வீடும், வீட்டு அலங்காரமும் அமைந்திருக்க வேண்டுமென்றும் அவர்கள் ஆசைப்படுவார்கள். தமது நண்பர்களுக்குத் தங்கள் வீடு பிடித்தமாக இருக்கவேண்டுமென்று ஆசை உண்டாகும். தாங்கள் மற்றவர்கள் வீடுகளுக்குப் போகும்போது அந்த வீடுகளையும் தங்கள் வீடுகளையும் மனத்திற்குள்ளேயே ஒத்திட்டுப் பார்த்துக் கொள்வார்கள்.

சீர்திருத்தத்திலே அவர்கட்கு ஆர்வம் அதிகம். அதனால் குறை சொல்லுவதோடு விடாமல் மாறுதல் செய்வதற்கு வேண்டிய தங்கள் ஆலோசனைகளையும் கூறத் தயங்கமாட்டார்கள்.

எதிலும் நிறைவு காண வேண்டுமென்று அவர்கள் துடிக்கிறார்கள். பெற்றோர்களோ, நண்பர்களோ குறையுடையவர்களாகத் தென்பட்டால் அவர்கள் உள்ளம் வருந்துகிறது. ஏமாற்றம் உண்டாகிறது. அவற்றின் காரணமாக மனத்தாங்கலும் பிரிவும் ஏற்படுவதுண்டு. தங்களுக்கே அவர்கள் உயர்ந்த குறிக்கோள்களை வகுத்துக் கொண்டு அவற்றைப் பின்பற்றுவதில் தவறினால் வருந்துவார்கள். அவர்களுடைய மனச் சாட்சியே அவர்களை வருத்தும். அதுவும் உள்ளக் கிளர்ச்சிகளுக்குக் காரணமாகின்றது.

வாழ்க்கையிலே கடைப்பிடிக்க வேண்டிய நல்லொழுக்கங்கள் வளர்ப்பு முறையாலும், சூழ்நிலையாலுமே முக்கியமாக அமைகின்றன. பிறப்பிலேயே கிடைத்த பாரம்பரியத்

தன்மையும் காரணமாக இருக்கும்; ஆனால் அது சூழ்நிலையால் மாறுபாடடைகிறது. வீட்டு நிலைமை, சுற்றுப்புறங்கள், தோழர்களின் தன்மை இவை யெல்லாம் ஒழுக்கத்தைப் பெரும்பாலும் அமைக்கின்றன.

குமரப் பருவத்திலே ஒழுக்கம், சீலம் என்பனவற்றைப் பற்றிய குழந்தைப் பருவ எண்ணங்கள் அப்படியே இருப்பதில்லை. அறிவு முதிர்ச்சி பெறப் பெற அவற்றைப் பற்றி யெல்லாம் சிந்தனை செய்து நல்லவை எவை தீயவை எவை என்றெல்லாம் ஆராயத் தோன்றுகிறது. பெரியவர்கள் கூறியவற்றை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ள விருப்பம் உண்டாவதில்லை.

ஒழுக்கத்தை இப் பருவத்தில் அமைப்பதில் தோழர்களின் மனப்பான்மை பங்குகொள்வதோடு, படிக்கும் நூல்கள், பார்க்கும் சினிமாக்கள், கேட்கும் சொற்பொழிவுகள் எல்லாம் முக்கியமான ஸ்தானம் வகிக்கின்றன. ஆதலால் இவற்றை யெல்லாம் விரும்பத்தக்கதாக அமையும்படி நயமான முறையில் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

13. கட்டுப்பாடும் தண்டனையும்

குமரப் பருவம் அடைந்த ஆண்களையும், பெண்களையும் குழந்தைகளாகவே பாவித்து நடத்துபவர்கள் பலர். குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுத்திய நடத்தை விதிகளும், கட்டுப்பாடுகளும் அப்படியே குமரப் பருவத்தினருக்கும் பொருந்தும் என்றும் அவர்கள் எண்ணுகிறார்கள். இதனால் சங்கடங்கள் பல நேர்கின்றன. பெற்றோரின் சொல்லை மீறி நடக்கும் நிலைமையும் சில சமயங்களில் உண்டாகின்றது.

கட்டுப்பாடு வேண்டும் என்பது மெய்தான்; ஆனால் அது குமரப் பருவத்திற்கு ஏற்றதாகவும், அதன் அவசியத்தை அப் பருவத்தினர் உணரக் கூடியதாகவும் அமைய வேண்டும். குமரப் பருவத்திலே சிந்தனை செய்யக்கூடிய ஆற்றல் வளர்கின்றதல்லவா? அதனால் அப் பருவத்தினர் எதையும் ஆய்ந்து பார்க்கத் தொடங்குகிறார்கள். குழந்தைப் பருவக் கட்டுப்பாடுகள் பல இப்போது அவர்களுக்குப் பொருளற்றவையாகத் தோன்றுகின்றன. அவற்றை மாற்றி யமைக்கவேண்டும். மேலும் கட்டுப்பாடுகளை அமல் நடத்தும் முறையிலும் மாறுதல் வேண்டும்.

குமரப் பருவத்தினர் தாயிடமோ தந்தையிடமோ தமது உள்ளக் கிளர்ச்சிகளைப் பற்றியும் சிந்தனைகளைப் பற்றியும் தாராளமாகப் பேசும்படியாக அவர்களுக்குள்ளே நம்பிக்கையும் வளர்ந்திருக்க வேண்டும். எதைப் பற்றியும் தாய் அல்லது தந்தையிடம் பேசலாம்; பரிவோடு நல்ல ஆலோசனைகளை அவர் கூறுவார் என்று அவர்கள் நிச்சயமாக நினைக்கும்படி உறவு வளர்ந்திருக்க வேண்டும். அந்த நிலைமையிலே கட்டுப்பாடுகள் எல்லாம் தாமே ஏற்படுத்திக் கொண்ட நல்ல ஒழுங்கு முறைகளாகத்தான் தோன்றும். குமரப் பருவத்தினர் மகிழ்ச்சியோடு அவற்றைக் கைக்கொள்வார்கள்.

குழந்தைகள் தவறு செய்யும்போது பெற்றோர்கள் அவைகளைத் திட்டுகிறார்கள்; அடிக்கவும் செய்கிறார்கள். கோபத்தினால் செய்யும் இந்தக் காரியங்களால் அதிக நன்மை இல்லை. குழந்தைக்குப் புரியும்படி நிதானமாக அவர்களுக்கு எடுத்துக் கூறிப் பிறகு சிறு தண்டனை கொடுத்தாலும் அதனால் பலன் ஏற்படலாம். இருந்தாலும்

தண்டனையே இல்லாதவாறு தவறுகளைக் களையச் செய்வது தான் சிறந்த முறையாகும்.

குமரப் பருவத்திலே இந்த முறையை அனுஷ்டிப்பது இன்னும் முக்கியமாகும். இப் பருவத்தினரின் தவறுகளுக்காக வசவு வார்த்தைகளைப் பிரயோகிப்பது சாதாரணமாக நடக்கிறது; அடிப்பதுகூட உண்டு. இரண்டும் தவறு என்பது என்னுடைய அபிப்பிராயம். தொடக்கத்திலிருந்து வளர்ப்பு முறை சரியானபடி அமைந்திருந்தால் இவற்றிற்கு அவசியமே ஏற்படா.

மேலே கூறியுள்ளவாறு உள்ளத்தைத் திறந்து காட்டக்கூடிய அளவு உறவு வளர்ந்திருந்தாலும் தண்டனைக்கு இடமிருக்காது.

தமக்குக் கிடைத்த தண்டனை நியாயமானதல்ல என்று இப் பருவத்தினர் எண்ணுவாரானால் அத் தண்டனையால் தீமையே விளையும். பெற்றோரிடம் இருந்த உள்ளத் தொடர்பும் குறைந்து போகும்.

குமரப் பருவத்தின் தொடக்கத்திற்குச் சற்று முன்னும் பின்னும் சிறு குற்றங்கள், குறும்புகள் செய்வது சகஜம். பையன்கள் 10 அல்லது 11 வயதிலிருந்து 14 வயது வரை அதிகமாகக் குறும்பு செய்வதாக ஆராய்ந்து முடிவு கட்டியிருக்கிறார்கள். அதற்குப் பிறகு குறும்புகள், குறைந்து வருவதாகவும் கண்டிருக்கிறார்கள். பெண்களும் அநேகமாக இதே வயதில்தான் அதிகமாகக் குறும்பு செய்தாலும் பையன்களின் அளவுக்குப் போகமாட்டார்கள். துடுக்காகப் பேசுதல், சிடுமூஞ்சித்தனம் இவைகள்தான் அவர்களிடம் அந்தப் பருவத்திலே அதிகமாகக் காணப்படும்.

சிறு குற்றங்கள், குறும்புகளைப் பற்றியே இதுவரை கவனித்தோம். திருடுதல், வீட்டை விட்டு ஓடிப் போதல், அடங்கி நடக்காமை, ஆண் பெண் உறவிலே தவறு செய்தல் முதலான பெருங் குற்றங்களைப்பற்றி இனி ஆராய்வோம்.

இம்மாதிரி பெருங் குற்றங்களுக்குச் சூழ்நிலையே முக்கிய காரணம் என்று இப்பொழுது கருதுகிறார்கள்.

நல்ல பொழுது போக்கிற்கு ஏற்ற வசதிகள், குடும்ப நிலை, சுற்றுப்புறம் இவைகளெல்லாம் சரியாக அமையாதிருந்தால் குற்றம் செய்யும் மனப்பான்மையை இவை தூண்டுகின்றன. சகாக்களின் நடத்தையும் முக்கிய காரணமாக அமைகின்றது.

உள்ளக் கிளர்ச்சிகளின் கொந்தளிப்பெல்லாம் திருப்திகரமாக அடங்கி அமையாமற் போவதும் குற்றம் புரியக் காரணமாகிறது.

துணிகரமான செயலிலே ஆசையும், பலரும் பாராட்ட வேண்டுமென்ற ஆசையும் நல்ல வழியிலே நிறைவேறாது போனால் சமூக நலனுக்குப் புறம்பான வழிகளிலும் அந்த ஆசைகளை நிறைவேற்றிக்கொள்ளச் சிலருக்கு மனம் செல்கிறது. ஒருசில கற்பனைக் கதைகளும், சினிமாக்களும், பத்திரிகைகளும் இந்த நாட்டத்தை மேலும் தூண்டிவிடக் காரணமாகின்றன.

அடித்தும், துன்புறுத்தியும் இக்குற்றங்களைச் செய்யாமல் தடுத்துவிடலாம் என்று முன்பு நம்பியிருந்தார்கள். அந்த எண்ணம் இப்பொழுது மாறிவருகிறது. இளங் குற்றவாளிகளுக்குச் சீர்திருத்த நிலையங்களை அரசாங்கமே இப்பொழுது ஏற்படுத்துகிறது.

இவ்வகையான குற்றங்களுக்குத் தூண்டுகோலாக இருப்பவைகளை ஆராய்ந்து அவற்றை விலக்குவதே நல்ல முறை என்று இன்று கண்டிருக்கிறார்கள்.

14. புதிய கிளர்ச்சிகள்

சிறு குழந்தைகள் எல்லோருமாகக் கூடி விளையாடு கிறார்கள். ஆண், பெண் என்ற வேறுபாடு அப்பொழுது அதிகமாகத் தோன்றுவதில்லை. ஆனால் பத்து வயதிலே பார்த்தால் சிறுவர்கள் தனித்து விளையாடுவார்கள்; சிறுமி கள் தனித்து விளையாடுவார்கள். சேர்ந்து விளையாட அவர்கள் விரும்புவதில்லை. பருவமெய்துவதற்கு முன்பு சிறுவர்களுக்கும் சிறுமிகளுக்கும் வேற்றுப்பாலாரிடம் தோழமை உணர்ச்சி அதிகமாக ஏற்படுவதில்லை.

இனப் பெருக்க உறுப்புக்கள் முதிர்ச்சி பெற்ற குமாரப் பருவத்திலேதான் ஆண் பெண்களுக்கிடையே பற்றுதல் வளரத் தொடங்குகிறது.

இயல்பான நல்ல வாழ்க்கை வாழ்ந்து வரும்போதும், வீட்டிலேயும் பள்ளியிலும் மற்ற இடங்களிலும் ஆரோக்கிய மான நல்ல சூழ்நிலை இருக்கும்போதும் இந்த ஆண் பெண் பற்றுதல் நல்ல முறையிலே உரிய காலத்தில் மலரத் தொடங்கும். குமாரப் பருவத்தினரிடையே விரும்பத் தகாத உள்ளக் கிளர்ச்சிகளும், கிளர்ச்சிப் போராட்டங் களும் ஏற்படா.

ஆனால் இக்கால நாகரிக வாழ்வில் இப்படிப்பட்ட இயல்பான வளர்ச்சி பாதிக்கப் படுவதற்குப் பல காரணங்

கள் இருக்கின்றன அவற்றை நாம் தெரிந்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம்.

குழந்தைப் பருவத்திலிருந்தே உடல் சம்பந்தமான இன்ப உணர்ச்சி ஏற்படுகிறதென்று கூறுகிறார்கள். பிறவியிலேயே மனிதனைத் தூண்டும்படியான வலிமைமிக்க சக்திகள் சில இருக்கின்றன என்பது மனத்தத்துவர்கள் கண்ட உண்மை. அவற்றிற்கு உந்தல்கள் (Urges) என்று பெயர். இந்த உந்தல்களிலே இனப் பெருக்கத்திற்கான உந்தலைப் பாலுந்தல் (Sex Urge) என்பர். இதுமிக வலிமை உடையது.

பாலுந்தலுக்குப் பிராய்டு போன்ற மனப்பகுப்பியலார்கள் மிகமுக்கிய ஸ்தானம் கொடுக்கிறார்கள். மனத்திலே இரண்டு முக்கியமான பகுதிகள் உண்டென்றும் அதிலே வலிமைமிக்க பகுதியான அடிமனம் மறைந்திருக்கிறதென்றும் இப்பொழுது கண்டிருக்கிறார்கள். இந்த அடிமனத்தைப் பற்றி முக்கியமாக ஆராய்கின்றவர்களுக்கு மனப் பகுப்பியலார் என்று பெயர். (**மனமெனும் மாயக்குரங்கு** என்ற நூலில் இதைப்பற்றி விரிவாகத் தெரிந்துகொள்ளலாம்.) பிராய்டுதான் இந்தத் துறையிலே முதல்முதலாக விரிவாக ஆராய்ச்சி நடத்தியவர். அவர் பாலுந்தலே வாழ்க்கையின் போக்குக்கு அடிப்படையென்று கருதுகிறார்.

பாலுந்தல் குமரப்பருவத்திலே ஓங்கத் தொடங்குவது இயல்பு. இனப் பெருக்க உறுப்புக்களும் அப்பருவத்திலே ஏற்ற பக்குவம் அடைகின்றன.

ஆண்-பெண்களுக்கிடையே இயல்பாக அன்பு வளர்ந்து அது மணவாழ்க்கைக்கு அடிப்படையாக அமையவேண்டும். அவ்வாறு அமைந்தால் அது ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்

கும் காரணமாகும். விரும்பத்தகாத கிளர்ச்சிப் போராட்டங்கள் மனத்திலே எழவும் அப்பொழுது வழியில்லை. அவற்றை அடக்கிவைக்க வேண்டுமென்ற அவசியமும் ஏற்படாது.

ஆண்-பெண் உறவுபற்றியும், இனப்பெருக்க உறுப்புக்கள் பற்றியும் அறிந்துகொள்ள வேண்டுமென்ற ஆசை குமரப் பருவத்திலே மிக அதிகமாக இருக்கின்றது. இந்த ஆசை முன்னாலும் இல்லாமலில்லை. வயதுக்கு ஏற்றவாறு அவற்றைப்பற்றி யெல்லாம் விஞ்ஞான முறையிலே விளக்கிச் சொல்லுவது நல்லது என்பது அறிஞர்களிற் பெரும்பாலோருடைய அபிப்பிராயம். இதைப்பற்றிச் சொல்லிக் கொடுக்கவேண்டியதே இல்லை யென்ற அபிப்பிராயமும் இருக்கிறது.

விந்துவின் உற்பத்தியைப்பற்றியும், அது குமரப் பருவத்திலே உடல் வளர்ச்சிக்கு எவ்வாறு உதவுகின்றது என்பதுபற்றியும், சிறப்பாக மூளையைப் போஷிப்பதற்கு அதன் உபயோகம் பற்றியும் குமரனுக்குத் தெரிந்திருத்தல் அவசியம்.

இயற்கைக்கு மாறான வழிகளில் விந்துவை வீணாக்குகிறவர்கள் அந்த விந்து நஷ்டத்தால் தீங்கடைவதில்லை யென்றும், ஆனால், தவறானகாரியம் செய்வதாக அதைப் பற்றி மனத்திலேயே எண்ணி எண்ணிக் கவலைப்படுவதாலேயே அதிகம் தீமையடைகின்றனர் என்றும் வைத்தியர்களும் மனத்தத்துவர்களும் உறுதியாகக் கூறுகிறார்கள். பெரிய அளவிலே விந்துவை வீணாக்குவதே பாதிக்கும் என்றும் கூறுகிறார்கள்.

இன்று கிடைக்கும் இன்பம் நாளை கிடைக்கப்போகும் இன்பத்தைப் பாதிப்பதாக இருக்கக்கூடாது என்று கூறும்

சீனப் பழமொழி ஒன்று உண்டு. இயற்கைக்கு மாறுபட்ட முறைகளால் விந்துவை வெளிப்படுத்துவதால் கிடைக்கும் இன்பத்தைவிடப் பன்மடங்கு பெரியது மணவாழ்வில் ஈடுபடுகின்றபோது கிடைக்கும் இன்பம். அதற்குரிய காலம் வரும்வரை அடங்கியிருக்கக் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அதனால் பல நன்மைகள் உண்டாகின்றன.

கல்விப் பயிற்சி முடிந்து மணவாழ்க்கையிற் புகும் வரை எளியவாழ்க்கை வாழ்ந்து பிரமச்சரியம் காக்கவேண்டுமென்று நம் முன்னோர்கள் வகுத்துள்ளார்கள். உடலிச்சையைத் தூண்டும்படியாக அப்பருவத்திலே எதுவும் இருக்கக் கூடாது என்று அவர்கள் கூறியுள்ளார்கள். உணவில்கூட இதைக் கவனிக்கும்படி திட்டமிட்டிருக்கிறார்கள். எளிய வாழ்க்கை, தூய எண்ணங்கள், உயர்ந்த லட்சியங்களுக்கேற்றவாறு படிப்பு என்றெல்லாம் ஏற்படுத்தியிருக்கிறார்கள்.

இன்றைய வாழ்க்கை முறையிலே பாலுந்தலை விரைவிலே தூண்டக்கூடிய பல காரணங்களிருக்கின்றன. பார்ப்பவரையும் படிப்பவரையும் கவரும் முக்கிய சாதனமாகக் காம உணர்ச்சியையே கொண்டு வெளியாகும் பலதிறப்பட்ட சினிமாக் காட்சிகள், பத்திரிகைகள், சித்திரங்கள், சுவரொட்டி விளம்பரங்கள், முதலானவை எங்கும் மலிந்திருக்கின்றன. வெளிநாடுகளிலிருந்து வருபவைகளின் கவர்ச்சியைக் கண்டே உள்நாட்டிலும் அவற்றைப் பின்பற்ற வேண்டும் என்ற எண்ணம் முக்கியமாக உண்டாகின்றது என்றும் கூறலாம். மேல் நாட்டுச் சமூக அமைப்பிற்கும் வாழ்க்கை முறைக்கும், நம் நாட்டில் உள்ளவற்றிற்கும் உள்ள அடிப்படை வேறுபாடுகள்கூட இந்த எண்ணத்தை மாற்றக் கூடிய வலிமை

பெற்றிருக்கவில்லை. ஆராய்ந்து பார்த்தால் மேல் நாட்டு அமைப்பு நம் நாட்டு அமைப்பை இன்று பெரியதோர் அளவிற்கு மாற்றக்கூடிய காரியத்தைச் செய்து வருவதை உணரலாம்.

கல்வி முறை, உணவு முறை, இன்றைய அவசரம் மிகுந்த வாழ்க்கை முறை எல்லாம் பாலுந்தலை விரைவில் தூண்டுவதற்கு மறைமுகமாகவேனும் உதவியாக இருப்பதையும் காணலாம்.

சுகாதாரம் என்கிறபோதும் இது வரையில் வெளிப்புற சுகாதாரம், உடம்பைப் பற்றிய சுகாதாரம் ஆகியவற்றையே முக்கியமாகக் மக்கள் நினைத்துக் கொண்டிருந்தார்கள். மனச் சுகாதாரம் என்கிற துறையின் முக்கியத்தை இன்று அதிகமாக உணர்ந்து வருகிறார்கள். பழைய காலத்தில் நம் நாட்டில் இருந்த கல்வி முறையிலும், வாழ்க்கை முறையிலும் இது அடிப்படையாக இருந்து வந்திருக்கிறது. உள்ளத்தைத் தூய்மையாக வைத்துக் கொள்வதற்கு வேண்டிய அறிவையும், வாழ்க்கை முறையையும் அமைக்க வேண்டியது வாழ்க்கையைப் பூரணமாக நடத்துவதற்கும் அநுபவிப்பதற்கும் இன்றியமையாததாகும். அதற்கு உள்ளக் கிளர்ச்சிகள் பற்றியும், பாலுந்தல் போன்ற இயற்கை உந்தல்களைப் பற்றியும், உடல் உள்ள வளர்ச்சியைப் பற்றியும், பருவத்திற்கு ஏற்றவாறு தோன்றும் மாறுபாடுகள் பற்றியும் விஞ்ஞான ரீதியில் தெளிந்த அறிவைப் புகட்டுவது அவசியமாகும். ஆண் பெண் உறவு பற்றியும் அறிவுறுத்தாமல் மர்மமாக வைத்திருப்பதே அவற்றைப்பற்றி ரகசியமாகவும் தவறான வழிகளிலும் தெரிந்து கொள்வதற்குக் காரணமாகிறது என்று பெரும்பாலும் இன்று அறிஞர்கள் கருதுகிறார்கள். இவற்றைப்

பற்றி அறிவு புகட்டுவதே பாலுந்தலை விரைவில் தூண்டும் என்றும் அதனால் அது விரும்பத் தக்கதல்ல என்றும் எண்ணுபவர்கள் உண்டு. இருந்தாலும் அந்த எண்ணம் இப்பொழுது வலிமை குறைந்து வருகிறது.

முதிர்ந்த பருவத்து வாழ்க்கைதான் ஒருவனுடைய ஆயுட்காலத்திலே சாதாரணமாக மிக நீண்ட கால மாகும். இது குமரப் பருவத்திற்கு அடுத்த பருவம். முதுமைப் பருவம் வரை நீண்டிருப்பது. குழந்தைப் பருவமும் குமரப் பருவமும் அதற்கேற்ற அஸ்திவாரமாக அமைகின்றன என்று கூறலாம். அந்த அஸ்திவாரம் நன்கு அமைந்தால் முதிர்ந்த பருவத்து வாழ்க்கையும் நன்கு அமைந்து விடும். ஆதலால் குழந்தைப் பருவமும், குமரப் பருவமும் வாழ்க்கையில் வெற்றிக்கும் இன்பத்திற் கும் மிக முக்கியமானவை என்று ஏற்படுகிறது.

பொதுவாக ஐந்து வயதிற்குள்ளேயே ஒருவனுடைய வாழ்க்கை அமைப்பு முழுவதும் அரும்பு போல உரு வாகி விடுகிறது என்று மனத் தத்துவர்கள் கூறுகிறார்கள். அந்த அரும்புக்குப் புறம்பானதோர் வாழ்க்கை மலர்ச்சி யில்லை என்றும் கூறுகிறார்கள். அதனாலேயே ஐந்து வய துக்குட்பட்ட பருவத்திற்கு மிக முக்கிய ஸ்தானம் கொடுக் கிறார்கள்.

பிறப்பினால் பாரம்பரியமாகக் கிடைத்த வாழ்க்கை அமைப்பும், ஐந்து வயதிற்குள் சூழ்நிலையால் கிடைத்த வாழ்க்கை அமைப்புமே ஒருவனுடைய உலக வாழ்க்கையின் கட்டுப்கோப்பைப் பெரும்பாலும் தீர்மானித்து விடு கின்றன. சூழ்நிலை எவ்வாறு இதில் பெரியதோர் பங்கு கொள்கின்றது என்பதையும் நாம் நன்கு உணரவேண்டும்.

(இது பற்றி விரிவாகப் பாரம் பரியம் என்னும் நூலில் எழுதியுள்ளேன்.)

பாரம் பரியமாய் அமைந்துள்ள திறமை ஒன்று, அது மலர்வதற்கு வேண்டிய சூழ்நிலையைப் பெறாது போனால் மங்கி மறைந்து விடுகிறது. ஓவியக் கலையிலே இயற்கையான திறமை பெற்ற ஒருவன் பிறந்தது முதல் தனது வாழ் நாள் முழுவதையும் ஒரு மலைக் காட்டிலே மாடுகளை மேய்த்துக்கொண்டு கழிக்கிறான் என்று வைத்துக்கொள்வோம். அவன் பாறைகளின் மீது சித்திரம் வரையலாம்; மாடுகளின் உடம்பிலே செம்மண்ணையும், பச்சிலைகளையும், கரியையும் கொண்டு பார்ப்போர் மகிழும்படி படங்கள் வரையலாம். அவனுடைய திறமை அந்த எல்லைக்கு மேலே வளர அதற்கு வேண்டிய வசதியில்லாமையால் நின்று போய்விடும்.

இதைப் போலவே விரும்பத் தகாத தன்மைகளும் அவைகளுக்கேற்ற சூழ்நிலை ஏற்படாதபோது மறைந்து போகின்றன. இவற்றிலிருந்து ஒருவனுக்கு அமையும் சூழ்நிலை எவ்வளவு முக்கியமானதென்று உணர்ந்து கொள்ளலாம்.

இந்த உண்மையை மனத்தில் வைத்துக்கொண்டு பார்க்கும் போது குழந்தைப் பருவமல்லாது குமரப் பருவமும் முக்கியம் பெறுகிறது. ஏனெனில் அந்தப் பருவத்தில் கிடைக்கும் சூழ்நிலையும் அவனுடைய வாழ்க்கைப் போக்கை நிருணயிக்க உதவுகின்றது.

ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒரு தனிப்பட்ட அமைப்புள்ள பிறவியாக நாம் காண்கிறோம். ஒருவனைப் போல மற்றொருவன் எல்லா அம்சங்களிலும் ஒன்றுபட்டு இருப்ப

தில்லை. தோற்றத்தில் மட்டுமல்ல, தன்மையிலும், திறமையிலும், நடத்தையிலும் இந்த வேறுபாட்டைக் காண்கிறோம். இந்த வேறுபாட்டிற்கு முக்கிய காரணங்களாக இருப்பவை அவனுடைய பாரம்பரிய அமைப்பு, வளர்ப்பு முறை, கல்வி, அவனுக்குக்கிடைத்த சந்தர்ப்பங்கள், மற்ற சூழ்நிலை முதலியனவாம்.

இவைகளெல்லாம் சேர்ந்து ஒவ்வொரு ஆணுக்கும் ஒவ்வொரு பெண்ணிற்கும் ஒரு தனித் தன்மையை உண்டாக்குகின்றன. இவைகளின் சேர்க்கையிலே ஒவ்வொருவருக்கும் ஒரு தனி **ஆளுமை** (Personality) ஏற்படுகிறது என்றும் கூறுகிறோம்.

ஆளுமை என்பதைத் திட்டமாக வரையறுத்துக் கூறுவது எளிதல்ல. அதன் விளைவிற்குக் காரணமாக உள்ளவற்றை வேண்டுமானால் எடுத்தியம்பலாம். ஏனெனில் ஆளுமை என்பது ஒருவனுடைய தோற்றம், மனத்திறமைகள், மனக்கிளர்ச்சிகள், குணம், பண்பாடு, நடத்தை, பழக்கம், உரையாடும் நயம் முதலான எல்லா அம்சங்களின் மொத்த விளைவாக அமைவது; அதை வரையறுப்பதற்குக் கூறும் விளக்கவுரைகளெல்லாம் பூரணத்தன்மை பெறாது குறைபாடு உடையனவாக் இருக்கும்.

இந்த ஆளுமையின் வடிவமெல்லாம் பத்து வயதிற்குள்ளே அமைந்துவிடுகின்றது என்று அறிஞர்கள் கூறுகிறார்கள்.

இருந்தாலும் குமரப் பருவத்திலே ஏற்படும் புதிய உள்ளக் கிளர்ச்சிகளும், முக்கியமாகப் பாலுணர்தல் சம்பந்தமான கிளர்ச்சிகளும், அறிவு வளர்ச்சியும், பகுத்தறிவுத் தன்மையும் ஆளுமையை நிச்சயமாக அமைப்பதற்குக்

காரணமாகின்றன என்பதை மனத்திற் கொள்ளவேண்டும். சின்னக் குழந்தை மிகுந்த சுயநல முடையது. ஆனால் வயது வரவரப் பலரிடம் இந்த சுயநலம் மறைந்துபோகும். பத்து வயதிற்கு முன்பே இந்தத் தன்மை ஏற்படலாம். சுயநலம் மிகுந்த ஒரு சிலர் அதனால் தமக்கு மதிப்புக் குறைவதைப் பகுத்தறிவால் உணரக்கூடிய குமரப் பருவத்தில் தாராளசிந்தை உடையவராக முழுமையாகவோ ஓரளவிற்கோ மாறலாம்.

ஆளுமைத் தன்மையிலே சில முக்கியமான வகைகளைக் கண்டிருக்கிறார்கள். அவையாவன :

அகநோக்குடையவர்—புறநோக்குடையவர்
ஆதிக்கம் செலுத்துபவர்—அடங்கியிருப்பவர்
கொள்கைகளைப் பேசியிருப்பவர்—செயலிலே ஈடுபடுபவர்

இவ்வாறு வகைப்படுத்தி யிருப்பதால் மக்களையும் எளிதாக இதேமுறையில் திட்டமாக வகைப்படுத்திவிடலாம் என்று நினைக்கக் கூடாது. அகநோக்குடையவரே ஓரளவிற்குப் புறநோக்குடையவராகவும் இருக்கலாம். ஆதிக்கம் செலுத்த முயல்பவரே சில சமயங்களில் அல்லது சில சந்தர்ப்பங்களில் அடங்கிக் கீழ்ப்படிந்து மிருக்கலாம். மேலே குறித்த தன்மைகள் எல்லாமும் ஒவ்வோர் அளவிற்குப் பெரும்பாலும் எல்லோரிடமும் கலந்தே இருக்கும். எந்தத் தன்மை மிக அதிகமாக இருக்கிறதோ அதை வைத்து வேண்டுமானால் அவருடைய ஆளுமையின் தன்மையை எடுத்துக் கூறலாம்.

ஆதிக்கம் செலுத்துகின்ற ஆளுமைத் தன்மை ஏற்படுவதற்கு உதவியாக இருக்கும் சில அம்சங்களாவன:—

(1) இளமையிலேயே வாழ்க்கையில் பொறுப்பேற்றுக் கொள்ளுதல்.

(2) தன்னம்பிக்கையிலும், சுயமுயற்சியிலும் சிறு வயதிலிருந்தே பெற்ரோர்கள் பயிற்சியளித்தல்.

(3) குழந்தைப் பருவத்திலும், குமரப் பருவத்திலும் சமூகத் தொடர்புகள் நிறைய இருத்தல்.

(4) ஆதிக்க உணர்ச்சியைத் தடைப்படுத்தாது குழந்தை வளரக் குடும்பத்தினர் நடந்து கொள்ளுதல்.

(5) ஆட்டங்களிலும் பந்தயங்களிலும் உயர்வு பெறுதல்.

(6) உடலிலும், மனத்திறமையிலும் உயர்வு பெற்றிருத்தல்

அடங்கியிருக்கும் ஆளுமைத் தன்மை ஏற்படுவதற்குக் காரணமாக இருக்கும் சில முக்கிய அம்சங்கள்:—

(1) உடற் குறைபாடுகள்.

(2) அதிகத் திறமையுள்ளவரோடு ஒப்பிட்டுப்பேசிப் பேசிச் சிறுமைப் படுத்தல்.

(3) மலர்ச்சி யெய்துகின்ற காலத்தில் ஏற்படும் கிளர்ச்சிக் கோளாறுகள்.

(4) குடும்ப வாழ்க்கை நிலையில்லாதிருத்தல்.

(5) சுயமுயற்சிக்குச் சந்தர்ப்பமே கிடைக்காதிருத்தல்.

(6) கூடப்பழகுவோர்கேலிசெய்து இழிவுபடுத்துதல்.

(7) பாலுந்தலின் விளைவாக இயற்கைக்கு மாறாகவும், சமூகவிதிகளுக்கு விரோதமாகவும் நடந்து அவற்றால் ஏற்படும் அவமான உணர்ச்சிப் போராட்டங்கள்.

(8) பெற்றோர்கள் விதிக்கும் கடுமையான கட்டுப் பாடுகளும் போதனைகளும்.

பெற்றோர்களின் தன்மையும் நடத்தையும், குழந்தை களை வளர்க்கும் முறையும் ஆளுமையை உருவாக்குவதில் பெரும்பங்கு கொள்ளுகின்றன. அடிக்கடி இடித்துக் கூறுவதும், பழிப்பதும், கடுமையான கட்டுப்பாட்டிற்குள் நடத்துவதுமாயுள்ள தாய்தந்தையர்களால் வளர்க்கப்பட்ட பையனும் பெண்ணும் பள்ளியிலும் மற்றப் பொது இடங்களி லும் தொல்லை கொடுக்கக்கூடியவர்களாகவே இருக்கிறார் கள். சண்டை மூட்டுதல், கீழ்ப்படியாது நடந்தல், அமைதி யற்றிருத்தல் ஆகிய தன்மைகள் அவர்களிடம் இருப்பதைக் காணலாம். வீட்டில் வெறுங் கட்டுப்பாட்டாலும், பயத் தாலும் அடக்கியொடுக்கப் பட்டிருப்பதால் வெளியிலே அவையில்லாதபோது இப்படிப்பட்ட போக்கு ஏற்படுகிறது. வளர்ப்பு முறை மாறியிருந்தால் இப்படிச் சாதாரணமாக ஏற்படாது.

பெற்றோர்களால் அன்புடனும் நிதானத்துடனும் வளர்க்கப்பட்டவர்களிடம் கீழ்ப்படிந்து நடக்கும் தன்மை யும், இன்முகமும், அமைதியுமிருக்கக் காணலாம்.

முடிவுரை:—இதுவரை கூறியவற்றை யெல்லாம் தொகுத்துப் பார்க்கும்போது நமக்குப் பல உண்மைகள் புலனாகும். வாழ்க்கையின் அமைப்பெல்லாம் குழந்தைப் பருவத்திலேயே அரும்புவிட்டு முகையாகின்ற தென்றால்

அதன் மலர்ச்சி குமரப் பருவத்திலே ஏற்படுகின்றது. முதிர்ந்த பருவ வாழ்க்கைக்குக் குமரப் பருவம் வாயிலாக அமைந்துள்ளது. அந்தப் பருவத்திலே ஏற்படும் புதிய உள்ளக் கிளர்ச்சிகளிலெல்லாம் தாறுமாறான போராட்டங்கள் இல்லாது அடங்கி அமைந்தால் முதிர்ந்த பருவ வாழ்க்கை திருப்திகரமாக அமையும். குழந்தைப் பருவத்திலேயே உருவாகத் தொடங்கிய ஒவ்வொருவருக்கும் தனிப்பட்டதாக அமையும் ஆளுமை குமரப் பருவத்திலே திட்டமாக அமைந்துவிடுகிறது. அது திருப்தியாக அமைவதற்குச் சாதகமாக சூழ்நிலையும் மற்ற சந்தர்ப்பங்களும் அமையவேண்டும். பெற்றோர்களும், குமரப்பருவத்தோரிடம் அதிகமாகப் பழகும் மற்றவர்களும் இதில் பெரிதும் உதவியாக இருக்க முடியும். குமரப்பருவம் எய்திய ஆணையும் பெண்ணையும் அந்தப் பருவத்திலும் குழந்தையாகவே கருதி நடத்தாமல் அவர்களுக்குகந்த பொறுப்பையும், சுதந்தரத்தையும் கொடுக்க வேண்டும். பெற்றோர்கள் குமரப்பருவத்தினர் தங்களிடத்திலே பூரண நம்பிக்கையும், பற்றுதலும் கொள்ளுமாறு நடந்துகொள்ள வேண்டும். பாலுந்தலால் ஏற்படும் மனப் போராட்டங்களையும் தங்களிடம் தாராளமாகக் கூறி ஆலோசனை கேட்கக்கூடிய அளவு குமரப் பருவத்தினருக்கு நம்பிக்கையுண்டாக்க வேண்டும்.

குமரப் பருவத்தினர் தங்கள் முதிர்ந்த பருவ வாழ்க்கையைத் தொடங்குவதற்கு வேண்டிய மனத்திடனையும், உற்சாகத்தையும், நம்பிக்கையையும் கொள்ள உதவுவதே அவர்களுக்குச் செய்யக்கூடிய. பெரிய கடமையும் உதவியுமாகும்.

துணை நூல்கள்

குமரப் பருவத்தைப் பற்றியும் அதனுடன் தொடர்புடைய விஷயங்களைப் பற்றியும் விரிவாக ஆராய்ந்து அறிஞர்கள் பலர் நூல்கள் எழுதியுள்ளார்கள். வெவ்வேறு நிலையங்களில் செய்த சோதனைகளின் முடிவுகளைத் திரட்டியும் பலர் நூல்கள் எழுதியுள்ளார்கள். நமது தாய்மொழியிலே அத்தகைய விரிவான நூல்கள் இல்லையே என்பது தான் குறை. அம்மாதிரியான விரிவான ஆராய்ச்சிகளும் நம் நாட்டில் இனிமேல்தான் நடைபெற வேண்டும்.

ஆங்கிலத்திலே மேற்கொண்டு படிக்க விரும்புகிறவர்களுக்கு உதவியாக இருக்கும் பொருட்டும், இந்நூலை எழுதத் துணை நின்றவற்றைக் குறிப்பிடும் பொருட்டும் கீழ்க்கண்ட நூல்களின் பெயர்களையும், அவற்றை எழுதியோரின் பெயர்களையும் தருகின்றேன்.

ADOLESCENCE —*G. Stanley Hall*

ADOLESCENT PSYCHOLOGY —*Adla H. Arlitt*

ADOLESCENSE —*Harold E. Jones and others*

ADOLESCENT DEVELOPMENT —*Elizabeth B. Hurlock*

THE PSYCHOLOGY OF THE ADOLESCENT —*Leta S. Hollingworth*

THE ADOLESCENT PERSONALITY —*Peter Blos*

EMOTION AND CONDUCT IN ADOLESCENSE —*Caroline B. Zachry*

PSYCHOLOGY OF ADOLESCENSE —*Karl C. Garrison*

WHAT IT MEANS TO GROW UP —*Frity Kunkel*

LOVE AT THE THRESHOLD —*Frances Bruce Strain*

பாரதி தமிழ்

பெ. தூரன் தொகுத்தது விலை ரூ. 7—0—0

ஆனந்த விகடன்:

தவத்தின் பயனாகக் கிடைத்திருக்கும் ஒரு வரப் பிரசாதம் இந்தப் புத்தகம்.

பாரத தேவி:

தமிழர் ஒவ்வொருவரிடமும் தவறாது இருக்க வேண்டிய நூலாகும்.

ஈழகேசரி:

ஆசிரியர் இந்நூற்கண் தந்துள்ள வரலாறானது இலக்கியச் சுவையுடன் இரத்தினச் சுருக்கமாக அமைந்துள்ளது.

ஸர்வோதயம்:

'பாரதி தமிழ்' என்ற தமிழ்ப் புத்தகத்தைப் புதையல் எடுத்ததைப்போல் கண்டு களிக்கின்றோம்.

தினமணி:

இச்சீரிய முயற்சி பாராட்டுதற் குரியது.

சுதேச மித்திரன்:

ஒவ்வொரு தமிழன் வீட்டிலும் ஒவ்வொரு நூல் நிலையத்திலும் இருக்கவேண்டிய பொக்கிஷம் இது.

தினமணிக் கதிர்:

இதைவிடவும் ஒரு சிறந்த சேவையை இலக்கியத் துக்குச் செய்திருக்க முடியாது.

அமுத நிலையம் லிமிடெட்

தேனாம்பேட்டை :: சென்னை-18

எமது புதிய வெளியீடுகள்

1. **தென்னிந்தியப் பயிர்கள்** 12 0 0
ஸ்ரீ வி. டி. சுப்பையா முதலியார் அவர்கள் எழுதியது. 692 பக்கம். 45 படங்கள். முழுக் காலிகோ பைண்டு. இதைப் பூரண விவசாய சாஸ்திரம் என்றே சொல்ல வேண்டும்.

2. **நாமிருக்கும் நாடு** 4 8 0
தென்னிந்திய சரித்திரத்தை ஆதி முதல் 1947 வரை சென்னை சர்வகலாசாலை சரித்திரத்துறை வாசகர் டாக்டர் மு. ஆரோக்கியசாமி எம்.ஏ., பி.எச்.டி. மிக அற்புதமாக எழுதியுள்ளார்.

3. **மேக மண்டலம்** 4 0 0
கி. வா. ஜ. அவர்கள் சொந்தமாக எழுதிய இனிய எளிய கவிதைத் திரட்டு.

4. **தமிழ்க் காப்பியங்கள்** 4 12 0
இதில் தமிழில் உள்ள காப்பியங்களைப் பற்றி கி. வா. ஜ. அவர்கள் விளக்கமாய் ஆராய்ச்சி செய்திருக்கிறார்.

5. **விஞ்ஞானமும் விவேகமும்** 7 8 0
விஞ்ஞானத்தில் விவேகாம்சம் எப்படி, எந்தமட்டில் உள்ளது என்பதை டாக்டர் கோனண்ட் அவர்கள் ஆங்கிலத்தில் எழுதியதை ஸ்ரீ பெ. நா. அப்புசாமி அவர்கள் தமிழில் மிகத் திறமையாக மொழிபெயர்த்திருக்கிறார். ஒவ்வொரு லைப்ரரிக்கும் அவசியமான நூல்.

6. **அலங்காரம்** 2 0 0
கந்தரலங்காரத்தைப்பற்றி 25-1-56 முதல் கி. வா. ஜ. அவர்கள் மிக அற்புதமாக வாரந்தோறும் சொற்பொழிவு நடத்திவருகிறார்கள். அவைகளை 'ஷார்ட் ஹாண்டு' மூலம் எடுத்துத் திருத்தம் செய்து வெளியிடும் நூல் வரிசையில் இது முதலாவது.

7. **குறிஞ்சிக் கிழவன்** (அச்சில்) 2 0 0
ஷை வரிசையில் இது இரண்டாவது புத்தகம்.

அமுத நிலையம் பிரைவேட் லிமிடெட்

தேனாம்பேட்டை :: சென்னை 18.